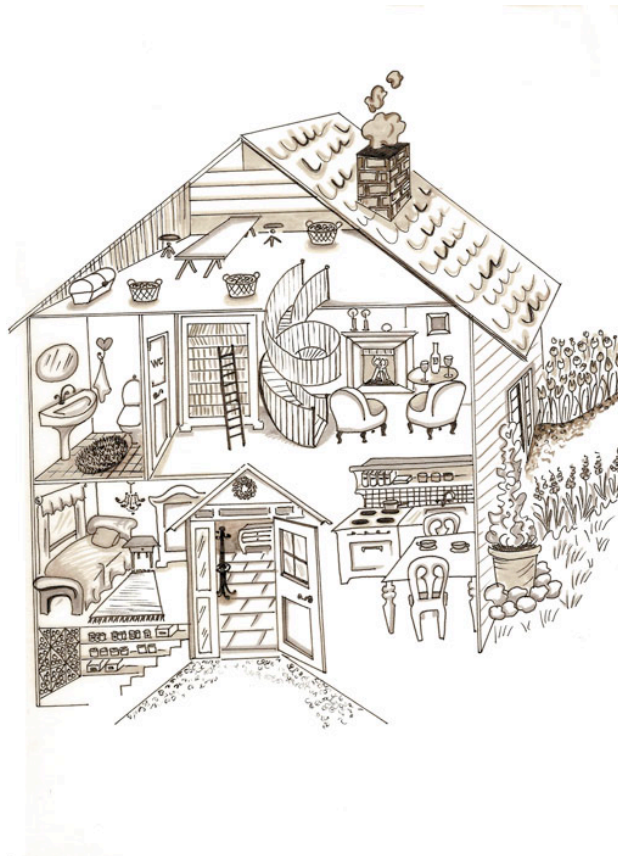


NUKKEKODIN RAKENTAMINEN VAPAA-AJAN TOIMINTANA JA TEKIJÄN KOKEMUKSENA



Toimintaterapian koulutusohjelma
Toimintaterapeutti
Opinnäytetyö
Huhtikuu 2007

Annele Manninen
Virpi Peltola

Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto	
Toimintaterapian koulutusohjelma		Toimintaterapia	
Tekijä/Tekijät			
Annele Manninen ja Virpi Peltola			
Työn nimi			
Nukkekodin rakentaminen vapaa-ajan toimintana ja tekijän kokemuksena			
Työn laji	Aika	Sivumäärä	
Opinnäytetyö	Kevät 2007	49+3 liitettä	
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Opinnäytetyömme tarkoituksena on selvittää, mitä nukkekodin rakentaminen toimintana on ja minkälaisia merkityksiä sillä on tekijälleen. Lähestymme aihetta vapaa-ajan toimintana ja tarkastelemme sitä myös toiminnan merkityksellisyyden ja flow-kokemuksen kautta. Työ tuo eriteltyä tietoa nukkekodin rakentamisesta toimintana niin toimintaterapeuteille, opiskelijoille kuin myös yhteistyökumppanillemme Nukkekotiyhdistys ry:lle.</p> <p>Haastattelimme neljää nukkekodin rakentajaa. Haastattelukysymykset muotoutuivat työmme teoreettisen pohjan; Nelson toiminnan määritelmän, Kellyn vapaa-ajan elementtien ja Csikszentmihalyin flow-teorian kautta, joiden mukaan myös analysoimme haastattelujen sisältöä.</p> <p>Nukkekodin rakentaminen voidaan nähdä autoteelisena, tavoitteellisena toimintana, joka jakautuu kahteen erilliseen osaan. Nukkekodin rakentaminen on inspiraatiosta lähtöisin olevaa suunnittelua, haaveilua ja materiaalien hankintaa. Tämän jälkeen alkaa konkreettinen rakentamisen vaihe, joka näyttäytyy avoimena toimintana. Nukkekodin rakentaminen on toimintaa, jota voidaan toteuttaa eri tavoin. Nukkekotia voi rakentaa yksin tai yhdessä, säännöllisesti tai silloin kun itse haluaa. Haastateltavat kokivat nukkekodin rakentamisen haastavana, iloa tuottavana ja keskittymistä vaativana toimintana, jossa on mahdollisuus toteuttaa omia ideoita luovasti. Nukkekodin rakentamisessa henkilön taidot ja toiminnan haasteet voidaan suhteuttaa toisiinsa. Toiminta vaatii aikaa ja tekijältään rauhallisuutta. Nukkekodin rakentamiseen liittyy ongelmien ratkaisua ja siihen uppouduttaessa leikki ja todellisuus kohtaavat toisensa. Toiminta antaa kokemuksen omasta itsestä tekijänä ja sen kautta on mahdollisuus eheytyä.</p> <p>Työmme lopussa pohdimme nukkekodin rakentamista toimintaterapiassa käytettävänä toimintana ja toivomme, että työmme välittää toimintaterapeuteille tämän toiminnan mahdollisuuksia terapiassa.</p>			
Avainsanat			
Nukkekodin rakentaminen, toiminnan merkityksellisyys, vapaa-aika, flow			

Degree Programme in Occupational Therapy		Degree Bachelor of Occupational Therapy
Author/Authors Annele Manninen and Virpi Peltola		
Title Dollhouse Making as a Leisure Occupation and as a Maker's Experience		
Type of Work Final Project	Date Spring 2007	Pages 49+3 appendices
<p>ABSTRACT</p> <p>The purpose of the thesis is to study dollhouse making as an occupation and the meanings it has to the maker. The subject is approached from the viewpoint of leisure occupation, the meaningfulness of occupation and the flow experience. The thesis gives specific knowledge of occupational dollhouse making to both occupational therapists and students as well as to our partner in cooperation, Nukkeoti yhdistys ry (Dollhouse Association).</p> <p>Four dollhouse makers were interviewed for the thesis. The interview questions were developed with the help of the theoretical basis of the thesis, which consisted of Nelson's Conceptual Framework for Therapeutic Occupation, Kelly's Leisure Elements and Csikszentmihalyi's Flow Theory. The same theories were used in analyzing the interviews.</p> <p>Making a dollhouse can be seen to be autotelic, target-oriented occupation, which can be divided into two different parts. The project of making a dollhouse begins with an inspiration, which leads to planning, dreaming and acquiring material. After this initial phase, a phase of concrete building begins. This manifests itself as overt occupational performance. Dollhouse making is an occupation, which can be realized in many ways. A dollhouse may be made alone or together with someone; it can be created regularly or whenever the individual feels like it. The interviewees found dollhouse making challenging and joy bringing. According to the interview answers, the occupation demands concentration and gives the maker a chance to realize his/her ideas in a creative way. Dollhouse making gives a possibility to adjust the challenges of the occupation to the individual's skill level. The occupation requires time and calmness from the dollhouse maker. Dollhouse making is connected with problem solving. When immersed in the occupation, the individual has a possibility to unite play and reality. The occupation enables the individual to experience oneself as a maker and provides a possibility to heal.</p> <p>The final chapter of the thesis contains thoughts on using dollhouse making in occupational therapy. It is hoped that the thesis provides occupational therapists with knowledge of the possibilities of dollhouse making.</p>		
Keywords Dollhouse Making, The Meaningfulness of Occupation, Leisure, Flow		

TALON PERUSTUKSET (Sisällysluettelo)

1	ASTU ETEISEEN (Johdanto)	1
2	KEITTIÖNPÖYDÄN ÄÄRESSÄ (Nukkekodin rakentaminen)	3
2.1	Löytyi mummon vanha keittokirja (Nukkekodin historiaa)	3
2.2	Haaveilua taatelikakun leipomisesta (Nukkekodin rakentaminen)	4
2.3	Nautitaan kupillinen kuumaa kaakaota (Nukkekotikulttuuri)	5
3	AJATUSTAUKO TOILETISSA (Toiminnan merkityksellisyys)	7
3.1	Käsien pesu (Nelsonin toiminnan määritelmä)	7
3.2	Kerro kerro kuvastin (Merkityksellinen toiminta)	10
3.3	Oveen koputetaan (Merkityksellinen toiminta sosiokulttuurisessa yhteydessä)	11
4	OLOHUONEESSA TAPAHTUU (Vapaa-aika)	12
4.1	Ensivaikutelma olohuoneesta (Vapaa-aikaa määrittelemässä)	13
4.2	Seinällä on vanhoja valokuvia (Vapaa-ajan historiaa)	15
4.3	Rentoudu nojatuolissa (Kellyn vapaa-ajan elementit)	16
4.4	Tanssi hetki kanssani (Vapaa-aika toimintakokonaisuutena)	16
5	OVI VIINIKELLARIIN AUKEAA (Flow)	18
5.1	Löydämme punaviinin vuodelta -61 (Mitä on flow?)	18
5.2	Viini tuoksuu huumaaavalta (Flown osatekijät)	19
5.3	Viinin siemailua hiljalleen (Flow ajassa)	21
6	SEIKKAILU PUUTARHASSA (Tutkimusaineisto)	22
6.1	Polku vie hedelmäpuiden siimekseen (Haastattelujen suunnittelu)	23
6.2	Poimimme kypsät hedelmät koriin (Haastattelujen toteutus ja arviointi)	25
7	MATKALLA ULLAKOLLE TUTKIMAAN SATOA (Analyysi ja tulokset)	27
7.1	Uuvuttavat portaat (Analyysin tekeminen)	27
7.2	Taatelit (Nelsonin toiminnan määritelmä)	28
7.3	Riikunat (Vapaa-aika)	34
7.4	Viikunat (Flow)	36
8	LEPÄÄ HETKI MAKUUHUONEESSA (Yhteenvedo)	40
8.1	Puutarhan satoa sulatella (Tulokset)	40
8.2	Joutilaisuus on luovuuden ydin (Johtopäätökset)	42
9	TAKKATULEN LÄMMÖSSÄ (Pohdinta)	43
9.1	Takkatuli ritisee mukavasti (Nukkekodin rakentamisen terapeuttisuus)	43
9.2	Malja kuluneen päivän kunniaksi (Jäähyväiset)	44
	KIRJASTON HYLLYSTÄ Am-Wr (Lähteet)	48
	PÄIVÄN POSTI (Liitteet 1-3)	

1 ASTU ETEISEEN (Johdanto)

Tervetuloa lukemaan opinnäytetyötämme Merkitysten taloon. Talossamme on paljon nähtävää ja koettavaa. Saatat välillä uupua, mutta toivottavasti lähdettyäsi luotamme tunnet virkistyneesi ja olet saanut jotain merkittävää ajateltavaa.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tarkastella nukkekodin rakentamista tekijän kokemuksena ja vapaa-ajan toimintana. Tutkimuskysymyksinämme on selvittää mitä nukkekodin rakentaminen on toimintana ja minkälaisia merkityksiä nukkekodin rakentamisella on tekijälleen. Olemme perehtyneet aiheeseemme lukemalla kirjallisuutta, haastatteleamalla neljää nukkekodin rakentajaa sekä refleктоimalla kokemaamme.

Tutkielmamme keskeiset käsitteet ovat nukkekodin rakentaminen, toiminnan merkityksellisyys, vapaa-aika ja flow. Nukkekodin rakentamisella tarkoitamme sitä kokonaisuutta, jossa rakennetaan raamit toiminnalle tai ihailulle, ja johon kuuluu olennaisesti sisustukselliset tekijät ja yleensä myös asukkaat. Haluamme tuoda esiin toimintaterapeuttisen näkökulman vapaa-ajan merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille ja pohdimme, mikä merkitys nautintoa antavalla, merkityksellisellä toiminnalla on ihmiselle.

Työmme lähtökohtana on oma kiinnostuksemme nukkekodin rakentamiseen toimintana. Yhteistyökumppanimme Nukkekotiyhdistys ry kokoaa yhteen alan harrastajia sekä pyrkii tekemään nukkekotiharrastusta tunnetuksi. Opinnäytetyöllämme pyrimme tuottamaan tietoa nukkekodin rakentamisesta toimintana niin toimintaterapiaan kuin Nukkekotiyhdistyksen käyttöön.

Vierailusi talossamme etenee ensin tutustumalla avainkäsitteidemme teoreettiseen maailmaan, jonka jälkeen kerromme haastatteluilla kerätystä aineistostamme ja esittelemme analyysin tulokset. Lopuksi pohdimme takkatulen ääressä toiminnan terapeuttisuutta ja yhdessä kokemaamme.

Voit aloittaa matkasi lukemalla erään nukkekotirakentajan tarinan, joka kertomallaan kiteyttää työmme teemat ja johdattaa sinut aiheeseen.

"Hei, en tiedä kuinka kertoa se lyhyesti.

Olen -62 syntynyt kahden lapsen äiti, tytön 8v. ja pojan 6v. harrastukseni myötä olen saanut koko perheeni innostumaan nukkekodeista. Aloitin noin viisi vuotta sitten remontoida lapsena saamaani isäni rakentamaa nukkekotia tyttärelleni. Talo oli lapsuudessa yllpeyteni kohde, koska siinä oli sähkömies- isäni asentamat valot, sauna ja jopa hissikin kahden kerroksen välillä. Ehdin tehdä taloon uuden ulkovuorauksen ja maalata sen, kun 3-vuotias tyttäreni vammautui vakavasti. Ensireaktion oli, että nyt kannan sen ulos ja poltan komealla roihulla, enhän tarvitsisi sitä enää.

En kuitenkaan väsymykseltäni ja kiireeltäni ehtinyt, onneksi. Lapseni aloitti elämänsä alusta kera lukuisten terapeuttien. Näkö- ja liikuntakykyongelmat jäivät. Nyt tilanteen tasaannuttua, aloitin projektini uudelleen. Rakentamaan unelmieni kotia juuri meidän perheelle. Olihan talossa jo valmiiksi hissi pyörätuolia varten. Ja pienen pyörätuolinkin olen löytänyt.

Askarteleminen on minulle asia, jonka avulla saan kaikki muut asiat ja murheet unohdettua. Ja ah sitä luomisen intoa. Tyttäreni keksii asioita joita taloon tarvitsemme ja minä toteutan. Hänellä on oma talonsa, jossa on valmiina ostetut tukevat kalusteet, jotka eivät hätkähdä kovaakaan käsittelyä ja putoamisia. Itse hän suunnittelee koko ajan mitä remontoida. Nukkekoti toimii hänelle myös näkövammaisen karttana sekä kotioiloissa että toimintaterapeutin kanssa. Hahmottamista opitaan myös Nukkekotinimisen rompun avulla, joka myös on innostanut häntä silmäkäsiyhteistyön harjaannuttamiseen nukkekodin avulla. Toimii siis terapiana.

Olemme sopineet, että äidillä on oma projektinsa ja tyttärellä omansa. Yhdessä suunnitellaan. Poika odottelee omaa taloa ja leikkii itse tekemillään pahvilaatikoista askarrelluista taloista sillä aikaa ja luo ja ideoi koko ajan. Isä koluua työmatkoilla nukkekotitaraliikkeitä jo estottomasti, vaikka vähän aikaa sitten vielä naurahtelikin koko jutulle. On näet nähnyt kuinka hyvää terapiaa se on myös kuormittuneelle äidille, jonka silmät palavat innosta jo asiasta puhuttaessa. Äiti on sen jälkeen helpommin käsiteltävä, eikä räjähdysheikkä.

*Hain työväenopistoon nukkekotikurssille, mutta tänä vuonna hakijoita oli liian vähän. Tällä pienellä paikkakunnalla on yksi tuntemani ystävä samanhenkinen nukkekotien rakentelija. Nyt kun ensimmäinen kotimainen nukkekotikirja ilmestyi, minäkin tulin ulos kaapista ja liityin rohkeasti Nukkekotiyhdistykseen. Joskus rauhoittumiseen riittää vain senaiheisten kirjojen katseleminen, kun ei ehdi sillä hetkellä askarrella. Mielessä muhii satoja ideoita koko ajan ja joskus huono omatunto vaivaa kun muut asiat jäävät retupe-
rälle.*

*Tänä vuonna olen saanut ensi kertaa vuosiin 4 tuntia omaa aikaa, kun molemmat ovat jo koulussa. Tytär kun vaatii valvontaa kotona kaiken hereillä olon ajan. Mutta nukkekotien myötä olen löytänyt ilon uudelleen elämääni. Valmistaloon on tehty jo isovanhem-
pien koti ja minun vanha työpaikkani, käsityöliike jossa myytiin kaikkea, oli myös tukku-
liike, on tulossa ja suunniteltuna.*

*Ideahan on, ettei tämä lopu koskaan. Ainut mikä loppuu, on säilytystila. Into ei kos-
kaan."*

2 KEITTIÖNPÖYDÄN ÄÄRESSÄ (Nukkekodin rakentaminen)

2.1 Löytyi mummon vanha keittokirja (Nukkekodin historiaa)

Muinaisista Egyptin kuninkaan hautakammioista on löydetty miniatyyreja jo vuosisatoja sitten, mutta eurooppalaisen ja nykyisen kaltaisen nukkekodin tarina on alkanut Saksasta 1500-luvulta. Keski-Euroopasta nukketalot levisivät Hollantiin, Englantiin sekä 1800-luvulla Pohjoismaihin. (Kopisto 1982: 74; Jungman 2002: 6.)

Alun perin nukketalot olivat vitriini-, liinavaate-, tai kirjakaappeihin tehtyjä kokonaisuuksia, joissa on jäljitelty aikakauden asumista ja elämäntapaa. Nukketalot sisustettiin ylellisesti miniatyyriesinein, joita tunnetut taiteilijat valmistivat ja siksi nukkekodit olivatkin arvokkaita keräilykohteita. Taidemaalarit, arkkitehdit, rakennusmestarit ja puusepät suunnittelivat taloja, jotka olivat tarkkoja jäljitelmiä oikeista taloista. Suosittuja ovat olleet myös yhden huoneen leikkitalot, joihin on tupainteriöörin lisäksi rakennettu jokin muu olennainen tila kuten keittiö tai kauppa. Tutkija Sirkka Kopisto sanookin, että nukkekodit ovat jo itsessään museoita pienoiskoossa ja talomalleja tutkimalla saa käsityksen siitä, mikä on tekijän näkemys kuvaamastaan ajasta ja kansallisesta tyylistä. (Jungman 2002: 7-8; Kopisto 1982: 76,81.)

Oltuaan ensin rikkaiden aikuisten seurapiirileikkien ja keräilyn kohde, nukkekoti yleistyi ajanvietteenä, kasvatuksellisenä ja opetuksellisenä välineenä ja sitä rakennettiin käsityön, leikin ja huvin vuoksi. Protestanttisessa maailmassa nukkekoti oli yläluokan tyttöjen leikkiväline, jonka avulla he opettelivat omaa tulevaa rooliaan perheenemäntänä, kodin- ja taloudenhoitajana. Leikkiminen tapahtui aikuisen valvonnan alla, sillä nukkekodin etuovissa saattoi jopa olla lukot. (Kopisto 1982: 74; Jungman 2002: 7-9.)

Nukkekodin historiasta kerrotaan pääasiassa ylempien varallisuusluokkien säilyneiden nukkekotien välityksellä ja nukkekodin asemaa muissa yhteyksissään on kuvailtu vähän. Tiedetään, että nukkekodin koko, sisustus ja esineistö sekä asukkaat olivat verrattavissa perheen varallisuuteen. Nukkekoti saattoi olla upea, lukuisia huoneita kattava pienoiskartano tai vain pari huonetta käsittävä pahvista rakennettu mökki. Köyhimmät lapset valmistivat Englannissa nukkekoteja ja miniatyyriesineitä myyntiin ja kauppojen näyteikkunoissa käytettiin kaupan pienoismalleja mainoksina ja koristeina. (Kopisto 1982: 74; Jungman 2002: 9.)

Tultaessa 1900-luvulle länsimaisen kulttuurin ympäristösuunnittelussa korostettiin esteettisten arvojen kasvattavaa merkitystä. Se vaikutti myös nukkekoteihin, joissa taiteelliset näkemykset ja mielikuvitus saivat jalansijaa. (Amberg - Suomi 1997: 159 -

160.) Tänäkin päivänä voi innoittajana nukkekodin rakentamiselle olla kuuluisa vuonna 1907 lordi Neville Wilkinsonin tyttarelleen suunnittelema keijujen kuningattaren Títanian palatsi (Kopisto 1982: 76-77).

Ympäröivä yhteiskunta, kulttuurimuodot ja aatteelliset virtaukset ovat vaikuttaneet nukkekotien maailmaan. Naisen ja lapsen aseman sekä leikkikulttuurin kehittyminen, postimyynti, teollistuminen ja tekniikan keksinnöt, sota ja pula-aika ovat oleellisesti olleet muokkaamassa nukkekodin välittämää ajan tulkintaa. (Amberg - Suomi 1997: 156-170; Kopisto 1982: 85.)

Suomalaiset naisarkkitehdit Salme Setälä ja Elsi Borg suunnittelivat 1930-40-luvuilla mallipiirustuksia aikakauslehtien välityksellä toimitettaviin nukkekoteihin (Amberg - Suomi 1997: 169), mutta meillä tunnetuin nukkekotimalli taitaa olla ruotsalainen 1970-luvulla markkinoille tullut Lundby-nukkekoti (Savolainen - Tapper 1997: 17). Lundby elää yhä saaden vaikutteita muotoilusta ja siitä onkin tullut markkinoille uudistettu nykyaikainen versio laajennusosineen.

Nukkeleikkien suosio hiipui 1970-luvulle tultaessa ja samoin lienee käynyt nukkekodeille. Tällä hetkellä eletään kuitenkin nukkekotien uutta renessanssia. Nukkekodit ovat kaikkien niistä kiinnostuneiden saatavilla, mutta hienoista kahtiajakoa keräilijöiden ja rakentajien, amatöörien ja taiteilijoiden välillä on. Myös kouluissa ja päiväkodeissa käytetään nukkekoteja osana opetusprojekteja ja leikkivälineistöä. (Amberg - Suomi 1997: 188; Jungman 2002: 12-15.)

2.2 Haaveilua taatelikakun leipomisesta (Nukkekodin rakentaminen)

Löysimme nukkekodin rakentamisesta toimintana vain hyvin vähän tutkittua tietoa. Aiheesta on tehty pro gradu-tutkielma Nukkekoti käsityöharrastuksena sekä kirjanen Iso ihminen – pieni talo Jyväskylän yliopiston ja Keski-Suomen museon yhteisprojektin tuloksena. Muutamia opinnäytetöitä on viime aikoina tehty lähinnä käsi- ja taideteollisuusoppilaitoksissa.

Nukkekodin rakentamisella voidaan tarkoittaa täydellisyyteen pyrkivää miniatyyrimaailmaa, johon on kerätty tietoa kaikilta elämän osa-alueilta (Savolainen - Tapper 1997: 13) rakentajansa mieltymysten, harrastusten ja elämäntavan mukaan (Frank 2005: 15). Nukkekodin esikuva on oikea talo, mutta sen ulkomuoto voi todellisuudessa olla pelkkä illuusio talosta, huoneesta tai vaikkapa kaupanäkymästä. Vaikka nukkekoti yleensä on rakennus ilman ympäristöä (Tapper 1997: 23), nukkekodin tai miniatyyrinäkymän voi rakentaa vaikka puutarhan muotoon.

Nukkekodit eroavat pienoismalleista, sillä pienoismallit kuvaavat tiettyä tilannetta ja pyrkivät olemaan pieniä näköisteoksia alkuperäisestä kun taas nukkekoti kertoo vapaasti tarinaa ja on yhdistelmä tunnetta ja tietoa. Mittakaavoja nukkekodeissa ja niiden esineistössä on useita ja niitä noudatetaan joko tarkasti tai soveltaen. Sari Savolainen sanoo nukkekodin huoneiden muistuttavan sarjakuvaruutuja, joihin on sisustettuna erilaisia tapahtumia. (Jungman 2002: 2; Savolainen 1997: 20-21; Tapper 1997: 22.)

Nukkekodista käytetään myös ilmaisua nukketalo. Puhuttaessa nukkekodista tai nukketalosta, erona saattaa olla se, leikitäänkö talolla vai onko se lähinnä koriste-esine. Nukketalo saatetaan nähdä enemmän arkkitehtoonisena kokonaisuutena. Käytettävät käsitteet menevät kuitenkin sen verran sekaisin ettei suoraa oletusta voi tehdä. Usein rakentaja mieltää itse nukkekotinsa sekä keräilyn kohteeksi että leikiksi, johon liittyy itse tekeminen. Tekijä ja rakennelman ulkonäkö ja tarkoitus määrittelevät onko kyseessä nukketalo, nukkekoti vai jokin ihan muu. (Jungman 2002: 3,13-14.)

Nukkekodin rakentaminen on perinteisin ilmaisu sille kokonaisuudelle, jonka muodostavat nukkekodin seinien rakentaminen, sisustaminen, irtaimisto ja mahdollisesti asukkaat. Kysyessämme nukkekoteja rakentavilta henkilöiltä mitä nimitystä he käyttävät toiminnalleen tai miksi he kutsuvat itseään rakentajina, saimme yhtä monta vastusta kuin oli vastaajiakin. Miniatyristi, harrastaja, rakentelija, taiteilija, askartelija, näpertelijä - kullakin on oma ilmaisunsa. Nimitys ”elämäntapaharrastaja” kuvaa monen mielestä melko hyvin sitä, minkälaista toimintaa nukkekodin rakentaminen on.

2.3 Nautitaan kupillinen kuumaa kaakaota (Nukkekotikulttuuri)

Nukkekotiyhdistys ry perustettiin vuonna 1991 ja nukkekotirakentamisen kasvavasta suosiosta kertoo jäsenten alati lisääntyvä määrä. Vuodesta 2002 jäsenmäärä on kasvanut 30:sta yli 400:aan. Merkittävä tapahtuma on ollut Nukkekotiyhdistyksen vuonna 2003 järjestämä juhlanäyttely Postimuseossa. Se oli alkusysäys monen nukkekotirakentajan innostukselle.

Syksyllä 2005 ilmestyi ensimmäinen suomalainen nukkekotikirja ”Nukkekotielämää”, jossa useat nukkekotirakentajat esittelevät talonsa tarinan. Tyylikkään kirjan toivotaan levittävän itse tekemisen innostusta ja tarinankertomisen perinnettä. Tällä hetkellä Nukkekotiyhdistyksen toiminta on virkeää ja yhä suurempia tapahtumia on suunnitteilla.

Jäseniään kokoavien tapahtumien lisäksi yhdistys julkaisee neljä kertaa vuodessa ilmestyvää jäsenlehteä, jonka kautta välittyy ajankohtaisin tieto. Nukkekotirakentajien on mahdollista jakaa innostustaan muiden samanhenkisten kanssa teematapaamisissa, nukkekotikursseilla sekä yhteisillä nukkekotimatkoilla. Internetin välityksellä voi tilata tarvikkeita sekä tutustua muiden rakentajien aikaansaannoksiin. Hiljattain on perustettu nukkekotiwiki, josta on muodostumassa oikea nukkekotirakentajan tietopankki. Tavaravaihto eli swap, on itse tehtyjen tavaroiden vaihtorinki, johon osallistuessaan voi kartuttaa omia kokoelmia tavaroilla, joita ei kaupasta ole saatavilla. (Frank 2005: 114-116.)

Nukkekotien kautta on mahdollista peilata yhteiskunnan ilmiöitä ja nukkekotikulttuurin yleistyessä ja laajentuessa, mahdollisuudet kokeilla omia rajojaan rakentajana avautuvat. Meitä itseämme puhutteli eräässä nukkekotinäyttelyssä ollut Haiharan museosäätiöltä lainattu Työsuojeluhallituksen opetusmalli ”Likainen ja epäsiisti koti 1900-1910”. Se toimi vastakohtana muille taloille, joiden pyrkimyksenä oli selvästi tuottaa esteettistä mielihyvää. On mielenkiintoista minkälaisia muita kuin perinteisiä idyllisiä taloja, joissa asuu ydinperhe, on mahdollista toteuttaa.

Kun toiminta laajenee, se saa paljon uusia vaikutteita ja toiminnan sisällä kehittyy alakulttuureja. Yksi tämän hetken trendeistä on nukkekodin rakentaminen nukkekotiin eli todella pienen rakentaminen. Toinen villitys on ripitilismiksi kutsuttu toiminta, jossa rakennetaan nimenomaan jotain muuta kuin perinteistä nukkekotia. Miljöö voi olla kastelukannussa tai kengässä ja tarkoituksena on erilaisen toteutustavan löytäminen.

Omien haaveiden, muistojen ja mielikuvituksen yhdistelmä, todellinen taidonnäyte, on myös Tove Janssonin, Tuulikki Pietilän ja Pentti Eistolan rakentama Muumitalo, johon kävimme tutustumassa Tampereella. Nukkekotirakentaminen on erilaista rakennettaessa yhdessä kuin yksin itselleen rakentaminen. Kuitenkin sen toteuttamisen rajattomat mahdollisuudet ovat tänä päivänä kaikkien saatavilla. Yhä useampi rakentaja osallistuu yhteisnäyttelyyn tuomalla oman talon muiden katseltavaksi ja mikä estäisikään nukkekotirakentajia pystyttämästä esimerkiksi asuntomessuja?



3 AJATUSTAUKO TOILETISSA (Toiminnan merkityksellisyys)

Toimintaterapiassa sanalla toiminta on kaksi eri merkitystä, jotka on syytä erottaa toisistaan. Englanninkielisellä sanalla ”activity”, tarkoitetaan toimintaa, joka on yleisesti ja kulttuurisesti määritelty. Työ ja leikki ovat tällaisia toimintoja, joita ei voi liittää täysin tiettyyn ajalliseen, paikalliseen ja sosiokulttuuriseen yhteyteen. Sana ”occupation” puolestaan tarkoittaa subjektiivista ainutkertaista tapahtumaa. Toimintaan vaikuttaa aika, tila ja sosiokulttuurinen yhteys ja sillä on muoto, rytmi, alku ja loppu. Toiminnasta syntyvä kokemus ei ole toistettavissa samalla tavalla enää uudelleen, mutta jos toimintaan liittyy vahvasti toistuvat rutiinit, se voi antaa tunteen aikaisemmasta kokemuksesta. (Pierce 2001: 138-145.)

Toimintaa voidaan tarkastella leikin, työn, vapaa-ajan ja itsestä huolehtimisen osa-alueiden näkökulmista. Toiminta nähdään monimuotoisena ajassa muuttuvana ilmiönä, joka saa vaikutteita niin elävästä kuin elottomasta ympäristöstä ja on tarpeellinen ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille. Henkilön ikä, hänen sosioekonominen asemansa ja elämäntapansa sekä kulttuurinsa ratkaisevat millä tavalla toimintaa voi luokitella yksilöllisesti. Ihmisen toiminnalliseen luonteeseen kuuluu vakava tuottavuuden tavoittelu yhtä lailla kuin leikillisuus ja luovuus. Henkilön toiminnallisen kehityksen prosessiin vaikuttavat tuottavuuden ja leikillisyyden lisäksi yksilön biologiset ja sosiaaliset tarpeet. (Hagedorn 2000: 20-22; Velde – Fidler 2002: 10-15, Hammel 2004: 297.)

Inhimilliset toiminnot edellyttävät osallistujaltaan eritasoisten taitojen käyttöä, koska toimintojen rakenne ja toimintamuoto vaihtelee. Toiminta voi näyttäytyä arkipäiväisenä tai olla erityisen merkittävää. Henkilökohtaiset kokemukset, henkilön motivaation rakenne ja tilanne vaikuttavat siihen tapaan, jolla ihminen osallistuu toimintaan. (Hagedorn 2000: 20; Velde – Fidler 2002: 3-5.)

3.1 Käsien pesu (Nelsonin toiminnan määritelmä)

*”Rasian sisässä rasian sisässä rasia
ja siinä asia.
Mikä?
Koko rasia.” (Kirsi Kunnas)*

Professori ja filosofian tohtori David L. Nelson on kehittänyt teoreettista viitekehystä analysoimalla toimintaa, ja määritellyt käsitteet, joiden avulla toiminta voidaan jakaa eri osa-alueisiin. Mallissa toiminta voidaan käsittää verkostoksi, jossa tarkastellaan toimin-

nan merkitystä ja tarkoitusta, yhtä lailla kuin yhteyksiä ihmisen tietoisuuteen, symboliseen tulkintaan, sensomotorisiin kykyihin, kieleen ja tapaan, jolla ihminen omaksuu sosiaalisen identiteetin elämässään. Itse Nelson kuvaa tätä monimuotoista toiminnan rakennetta laatikoksi, jonka sisältä löytyy sarja toinen toistaan pienempiä laatikoita. Nelson kehittää ja tarkentaa teoriaa yhä jatkuvasti yhteistyössä kollegansa Julie Jepson-Thomasin kanssa. (Nelson - Jepson-Thomas 2003: 88-90.)

Olemme kääntäneet tiivistelmän, jossa Nelsonin toiminnan määritelmä ja sen dynamiikka ovat pähkinänkuoressa. Linaamme sen sellaisenaan:

Ainutlaatuinen ihminen, jolla on monimuotoinen kehityksellinen rakenne, kohtaa toiminnan muodon. Tästä kohtaamisesta pulppuaa kokemus merkityksestä: aktiivinen henkinen tulkinta, jolla on tunnepitoinen, symbolinen ja hahmotuksellinen sisältö. Kun jonkinlainen merkitys on olemassa, henkilö kehittää käsityksen tarkoituksesta ja vapaaehtoisesti sitoutuu toiminnan suoritukseen. Henkilöllä on vaikutus häntä ympäröivään maailmaan, ja hän luo usein uusia mahdollisuuksia uuteen toiminnan muotoon. Henkilön toiminnan suoritus vaikuttaa myös muutoksena itsessä. Henkilö, joka on jollain tavalla muuttunut, kohtaa sitten toiminnan muodon ja rakentaa uusia merkityksiä, uusia tarkoituksia ja uusia toiminnan muotoja, saaden aikaan uusia vaikutuksia ja uusia muutoksia, tässä jatkuvassa henkilön kehityksessä. (Nelson & Jepson- Thomas 2003: 119-120.)

Työssämme pyrimme selvittämään mitä nukkekodin rakentaminen on toimintana ja millaisia merkityksiä tällä toiminnalla on tekijälleen. Koska toiminta koostuu monen tekijän dynaamisesta vuorovaikutuksesta, emme halunneet erottaa merkitystä muusta yhteydestään. Haastattelukysymysten laatimisessa ja haastatteluaineiston analysoinnissa olemme käyttäneet yhtenä teoriaosiona toiminnan määritelmää, mutta emme ole käsitelleet toiminnan dynamiikkaa: vaikutusta ja muutosta. Olemme käyttäneet seuraavia Nelsonin ja Jepson-Thomasin (2003: 90-116) toiminnan määrittelyn käsitteitä:

Toiminnan muoto

Toiminnan muodolla tarkoitetaan kaikkia niitä henkilöä ympäröiviä fyysisiä ja sosiokulttuurisia olosuhteita, jotka vaikuttavat tiettyä aikana ohjaten, rakentaen ja ehdottaen miten henkilön tulee toimia. Fyysinen ulottuvuus käsittää henkilöä ympäröivät esineet, asiat ja muut ihmiset sekä kaiken sen, miten ne ovat vaihtelevassa suhteessa henkilöön. Sosiokulttuuriseen ulottuvuuteen katsotaan kuuluvan kaikki yhteiskunnan symbolit, normit ja säännöt, roolit sekä kieli. Fyysiset ja sosiokulttuuriset elementit ovat kulttuurisesti määriteltyjä ja niillä on useita eri tasoja, vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia.

Henkilön kehityksellinen rakenne

Jokaisella yksilöllä on täysin oma ja ainutkertainen kehityksellinen rakenteensa, joka koostuu henkilön sensomotorisista, kognitiivisista ja psykososiaalisista ominaisuuksista. Siihen vaikuttavat geneettisesti ilmenevät fyysiset muutokset sekä aikaisemmat henkilökohtaiset kokemukset. Näin ollen rakenne on muuttuva pitkäaikainen prosessi. Toiminnan muoto sisältää haasteen johon kehityksellisen rakenteen tulee vastata. Kokemus syntyy toiminnan muodon ja kehityksellisen rakenteen vuorovaikutuksesta.

Merkitys

Henkilön ollessa sitoutuneena toiminnan muotoon, hän tulkitsee omaa kokemustaan. Merkitys on tilanteen ymmärtämistä. Kokemus voidaan jakaa hahmotuksellisiin tulkitoihin, symbolisiin tulkitoihin sekä tunteiden tulkitoihin, joiden avulla henkilö nimeää merkityksiä toiminnan muodolle. Hahmotuksellinen merkitys on aktiivinen prosessi, jossa yksilö poimii olennaiset fyysiset elementit toiminnan muodosta. Symbolisella merkityksellä tarkoitetaan sosiokulttuuristen vinkkien lukemista ja niiden ymmärtämistä. Tunnemerkitykseen sisältyy kaikki inhimilliset tunteet. Hahmotuksellista ja symbolista merkitystä voi olla vaikea erottaa toisistaan ja tärkeämpää onkin pyrkiä ymmärtämään henkilön kokemusta. Voimakkaat symboliset merkitykset saavat aikaan voimakkaita ajatuksia ja tunteita.

Tarkoitus

Kun henkilö on kokemuksen kautta tiedostanut merkityksen toiminnan muodosta, syntyy tunne tarkoituksesta. Tunne on subjektiivinen eikä ole muiden havainnoitavissa. Tarkoitus tuo energian toiminnan suoritukseen ja sitä voidaan kuvata sanoilla motiivi, aikomus, syy ja tavoitteeseen suuntautuminen. Kun puhumme henkilön motivoitumisesta, tarkoitamme silloin tämän määritelmän mukaan henkilön tarkoituksen tasoa. Motivaatiolla on niin ikään oma rakenteensa, johon yksilön kehityksellinen rakenne vaikuttaa. Tarkoitukset ja tavoitteet yhdistyvät toisiinsa. Lyhyen aikavälin tarkoituksista syntyy pitkän aikavälin tavoitteita ja toiminnassa voi samaan aikaan olla sekä lyhyen että pitkän aikavälin tarkoituksia. Tärkeintä on kuitenkin ihmisen sisäinen tarkoitus, jolloin henkilö sitoutuu toimintaan toiminnan vuoksi, halutessaan tutkia tai ohjata toiminnan muotoa, ilman ulkoisia motiiveja.

Toiminnan suoritus

Ihmisen tulkitessa toiminnan muotoa syntyy halu tehdä sille jotain. Toiminnan suoritus on henkilön vapaaehtoista aktiivista toimintaa toiminnan muodon yhteydessä, ja se voi olla avointa tai peitettyä. Avoin toiminta on hermoston ja lihaksiston tahdonalaista toimintaa, joten sitä voidaan havainnoida. Peitettyssä toiminnan suorituksessa henkilö kuvittelee toimintansa tapahtumasarjana, joka muuttuu asteittain ja johtaa aina uuteen

kuvitteelliseen tilanteeseen. Peitetty toiminnan suoritus vaatii hyvää kognitiivista taitoa kuvitella tilanteita ja reaktioita sekä ymmärtää syy- ja seuraussuhteita.

3.2 Kerro kerro kuvastin (Merkityksellinen toiminta)

Elämä voidaan ymmärtää kokonaisuutena, jossa menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus yhdistävät henkilökohtaisen tarinan johonkin suurempaan, yleismaailmalliseen kertomukseen tai rituaaliin. Hyvin kerrottuna tarina tarjoaa henkilölle mahdollisuuden merkitykselliseen elämään. (Ikiugu 2005: 104-105; Velde - Fidler 2002: 11-15.) Muodostettaessa yksilöllistä elämäntarinaa, identiteetti on keskeinen osa yhtenäisyyttä, merkityksellisyyttä ja hyvinvointia. Sitoutumalla merkitykselliseen toimintaan henkilö luo itselleen merkityksellistä identiteettiä. Käsitys omasta itsestä luodaan kulttuurisessa kontekstissa ja sitä muokkaa työ, vapaa-aika ja roolit. Kulttuurin vaikutus näkyy siinä, miten toisia toimintoja arvostetaan enemmän kuin toisia. Toiminta usein yhdistetään tuottavuuteen ja kysyttäessä henkilöltä ”Mitä sinä teet?” pyrimme saamaan vastauksen ihmisen tuottavasta toiminnasta, mutta jos haluamme selvittää henkilön todellisempaa luonnetta, parempi kehoitus olisi: ”Kerro minulle siitä mitä teet.” (Unruh 2004: 291-294.)

Eksistentiaalifilosofit uskovat, että elämä koetaan arvokkaaksi kun perustarpeet merkitys, tarkoitus, valinta ja itsearvostus toteutuvat. Käsitys elämänlaadusta voi perustua siihen, että ihmisellä on mahdollisuus käyttää aikaa toimintoihin, joita voi kontrolloida ja joihin sitoutumalla, merkityksen ja tarkoituksellisuuden myötä, saa käsityksen pätevyydestä, kyvykkyydestä ja arvokkuudesta. (Hammell 2004: 299-300.) Eletyistä kokemuksista syntyvät merkitykset luovat niitä toimintoja, joita me toteutamme jokapäiväisessä elämässä. Ne yhdistyvät ihmisen elämän kulkuun, muuttuen ja syventyen, rakentaen olemassaolomme kokonaisuutta ja kehittäen henkisiä näkökohtia itsestämme. Merkitys tarjoaa tietoisuuden tarkoituksesta ja on siten merkittävää elämälle, kasvattaen uteliaisuutta elämää kohtaan. Merkityksellisen toiminnan kautta ihmiselle syntyy motivaatio ja halu sitoutua toimintaan. (Ikiugu 2005: 102-104; Hasselkus 2002:11.)

Luovuus sekä motivaatio ovat henkilön sisäisiä ilmiöitä, jotka saavat aikaan tietynlaisen käyttäytymisen (Fidler – Velde 2002: 10; Nelson 2003: 108). Luovuus on laadullinen ja kyvyllinen suhde yksilön, hänen ympäristönsä sekä laajemman sosiaalisen systeemin kanssa. Betty Risteen Hasselkus esittää luovuuden ajattelun hengityksenä, kognitiivisena prosessina, jolloin henkilöllä on kyky luoda laaja-alaisesti ideoita ja jokapäiväisissä tilanteissa oma itse on mahdollista tuoda esiin. Kognitiivisiin ja toiminnallisiin vaikeuksiin liittyy esteitä nähdä maailma uudella ja epämuodollisella tavalla, jolloin ratkaisumalleja voi olla vaikea havaita. (Hasselkus 2002: 11, 116- 128.) Luova toiminta saa

alkunsa inspiraatiosta. Ideat kumpuavat todellisesta elämäkokemuksesta ja tiedosta saaden aikaan toimintaa. Tunne siitä, että on luova, on vahvasti yhteydessä tyytyväisyyden tunteeseen ja elämänvoimaan. Luovuus on merkittävää ja ainutkertaista ihmisen kokemusta. Se voi toteutua parhaimmillaan yksinäisyydessä, mutta haluaa tulla jaetuksi ymmärtävässä sosiaalisessa ympäristössään. (Hasselkus 2002: 11,117,128.)

3.3 Oveen koputetaan (Merkityksellinen toiminta sosiokulttuurisessa yhteydessä)

Vain yksilö itse voi määritellä toiminnalleen merkityksen. Toiminnot ovat merkityksellisiä, kun ne täyttävät tarkoituksen tai päätyvät tavoitteeseen, joka on henkilökohtaisesti tai kulttuurisesti tärkeä. Muiden ihmisten läsnäolo, mieliala, tavoitteet ja asiayhteys vaikuttavat siihen, missä merkityksessä toiminta sillä hetkellä näyttäytyy. Ihminen joutuu jakamaan oman ajan, energian ja mielenkiinnon merkityksellisten ja vähemmän merkityksellisten toimintojen välillä, ja henkilö saattaa kokea niin sisäistä kuin ulkoistakin ristiriitaa erilaisten tarkoitusten välillä. (Hammell 2004: 297; Nelson – Jepson-Thomas 2003: 106-109.)

Ihmisen sosiokulttuurinen ympäristö voidaan jakaa useimpiin sosiaalisiin tasoihin, maailmankaikkeuden tasosta aina lähiympäristön, perheen tai erilaisten ryhmien tasoon. Ihmisen odotetaan toimivan sosiokulttuurisesti määriteltujen oletusten, normien mukaan, jotka osoittavat ihmiselle mitä hän saa tehdä, ja mitä ei saa tehdä, kuin myös sen, mitä hänen odotetaan tekevän. Yhteiskunta on määritellyt lait ja rangaistukset, mutta Nelson pitää epävirallisia sanktioita yhtenä tärkeänä näkökulmana. Tällaisia ovat ystävien ja perheen osoittama paheksunta, nauraminen tai välttely. Ihminen arvioi omaa toimintaansa suhteessa tavoitteisiinsa henkilökohtaisella menestymisen ja epäonnistumisen asteikolla, samalla arvioiden sitä kuinka hyvin toiminnan suoritus istuu sosiokulttuurisiin normeihin. Yleisesti ei voida sanoa, että jokin inhimillinen toiminta olisi tarkoituksellisempaa kuin jokin muu. (Nelson - Jepson- Thomas 2003: 92- 125.)

Toiminnan suorituksessa roolit, tehtävät, toiminnot, kyvyt ja voimavarat ovat hierarkkisessa suhteessa toisiinsa ja henkilöltä edellytetään roolinsa mukaista toimintaa. Catherine Trombly luokittelisi roolit liittyen tuottavuuteen ja saavutuksiin, rooleihin, jotka ovat tärkeitä itsen säilyttämiselle, sisältäen perheen ja kodin suojelun ja ylläpidon sekä rooleihin, jotka ovat olennaisia nautinnolle, ilolle ja itsearvostukselle. Roolit muuttuvat elämäntilanteiden myötä, ja silloin kun ihminen ei kykene toimimaan tietyn roolinsa mukaisesti, hän joutuu tilanteeseen, jossa perusarvot joutuvat uuden arvion kohteeksi (Hammell 2004: 299). Valitessaan toiminnan tai tehtävän, jota henkilö pitää tärkeänä, hän sitoutuu toimintaan kiinnostuneena ja saa käsityksen elämän mahdollisuuksista.

Voidaan sanoa, että merkityksellisyys motivoi ja tarkoituksellisuus organisoii suoritus-
ta. Tarkoituksellinen tavoitteellinen toiminta järjestää aikaa ja henkilön käsitystä elä-
mästään, luoden ihmisen elämänhistoriaa. (Trombly 1995: 960- 963.)

Yksi sosiaalinen taso saattaa rohkaista tiettyyn toimintaan ja osoituksena siitä on ryh-
män muodostuminen saman toiminnan pariin. Aluksi ryhmä on kokoelma yksilöitä, mut-
ta ajan kuluessa ryhmälle kehittyy oma identiteetti. Vaikka kukin ryhmän jäsen kokee
toiminnan erilaisena, omanaan, ryhmän jäsenet löytävät päällekkäisistä toiminnan
muodoista samanlaisia merkityksiä. Ryhmästä kehittyy yhtenäinen ja se kokee menes-
tyvänsä. (Nelson - Jepson- Thomas 2003: 97, 127.) Nukkekotirakentajat toimivat sa-
mankaltaisen innostuksen ilmapiirissä ja uusia paikallisia kerhoja syntyy jatkuvasti.
Kerhoissa on mahdollista toteuttaa yhdessä omia unelmia.



4 OLOHUONEESSA TAPAHTUU (Vapaa-aika)

Lähtökohtanamme on käsitellä nukkekodin rakentamista toimintana, joka tapahtuu va-
paa-aikana. Tarkastelemme sitä, mitä vapaa-aika on ja minkälaiset elementit vapaa-
ajasta nousevat oleellisiksi nukkekotirakentajille. Emme rajaa käsitystä nukkekodin
rakentamisesta harrastukseksi vaan lähestymme sitä nimenomaan toimintana, jonka
merkityksen yksilö itse määrittelee. Nelsonin mukaan vapaa-ajan toiminnan muodoilla
ja halulla kokea merkityksiä kokemuksen kautta on yhteys (Thibodaux – Bundy 1998:
158).

Eri tieteenaloilla tutkitaan vapaa-aikaa erilaisista näkökulmista. Käytämme vapaa-ajan
määrittelyssä apuna toimintaterapian ja sosiologian kirjallisuudesta löytyviä näkemyk-
siä, sillä näin saamme kokonaisvaltaisen kuvan vapaa-ajasta yksilön arjen kuvaajana.
Vapaa-aika on yksi toimintaterapian näkemistä toiminnan areenoista, ja sillä on keskei-
nen asema toimintaterapian viitekehysten keskuudessa. Kuitenkaan sen yhtenäistä
teoreettista määritelmää ja sisältöä ei ole tarkennettu vaan vapaa-aikaa lähestytään

yleensä aikana ja toimintana, jossa toiminnallinen suoriutuminen tapahtuu. (Thibodaux – Bundy 1998: 157; Suto 1998: 271.)

Vapaa-aika menettää jotain laajasta olemuksestaan, jos se nähdään vain yksinkertaistettuna ja suppeana kuten käy yleensä silloin, kun vapaa-aikaa lähestytään ainoastaan suhteessa työhön. Yritämmekin työssämme välittää ymmärrystä vapaa-ajasta moniulotteisena toiminnan kontekstina, mutta lähestymme aihetta myös John R. Kellyn määrittelemien vapaa-ajan elementin: intensiteetin, seurallisuuden, spontaanisuuden, paikallisuuden ja syventymisen kautta.

4.1 Ensivaikutelma olohuoneesta (Vapaa-aikaa määrittelemässä)

Toimintaterapianimikkeistössä vapaa-ajan toiminnot määritellään toiminnoiksi, joiden tarkoituksena on lisätä elämänhalua ja tyytyväisyyttä. Vapaa-ajan viettämisessä edistetään asiakkaan voimavarojen lisäämiseen tähtääviä toimintoja, jotka perustuvat henkilön omaan kiinnostukseen ja vapaaehtoisuuteen. (Toimintaterapianimikkeistö 2003: 39, 55.) Vapaa-aika merkitsee eri asioita eri ihmisille. Vapaa-aikaa tarkasteltaessa voidaan nähdä sen avainalueena aika ja ajan vaikutus osallistumiseen, toiminta ja sen kulttuuriset piirteet sekä osallistujan sisäinen asenne. Näiden tekijöiden lisäksi vapaa-aikaa määritellään myös vapauden ja kokemuksen käsitteiden kautta. Se, mikä erottaa vapaa-ajan muusta inhimillisestä toiminnasta on se, että toimija itse on vapaasti määritellyt, mikä merkitys toiminnalla on. (Thibodaux – Bundy 1998: 158, Primeau 1996: 573-574; Neumayer – Wilding 2005: 319).

Koska ihmiset elävät erilaisissa kulttuureissa ja kokevat ajan ja toiminnan eri tavoin, vapaa-ajan tutkimuksissa on alettu suuntautua enemmän toiminnan määrittelemiseen kokemuksena ja mielentilana. Tämän vuoksi toiminnoissa korostuu merkityksellisyys. Vapaa-ajan kokemuksen tutkimuksen mukaan vapaa-ajan piirteitä ovat valinnanvapaus, nautinnontunteiden kokeminen, ajattomuus tai flow, saavutettu kompetenssi, spontaanisuus, sisäinen tyydytys ja hauskuus. (Primeau 1996: 574; Suto 1998: 271, 273-274.)

Vapaa-aikaa ei voida pitää pelkästään rentouttavana hauskanpitona vaan vapaa-ajalla tulee myös olla positiivisia henkilökohtaisia vaikutuksia, jotka saavat aikaan hyvinvointia ja terveyttä. (Neumayer – Wilding 2005: 319.) Vapaa-ajan toiminnot palkitsevat ihmistä. Työstä saatava palkinto on usein ainoastaan rahallinen, mutta vapaa-aika sisältää yleensä sisäisen arvon. Tämän vuoksi vapaa-aikaa tulisikin lähestyä enemmän asenteena tai mielentilana kuin toimintojen kautta. Vapaa-ajan tulisi tuottaa palkitsemisen tunnetta ilman teon aiheuttamia riskejä. (Thibodaux – Bundy 1998:166; Suto

1998: 274.) Ihmisillä, jotka aktiivisesti osallistuvat omista mielenkiinnonkohteistaan lähteviin vapaa-ajan toimintoihin, on useasti kohonnut tunne omasta hyvinvoinnistaan. Ihmiset sitoutuvat toimintaan rakkaudesta tai nautinnon vuoksi. (Neumayer – Wilding 2005: 322).

Muun muassa ihmisen sukupuolella, iällä ja sosioekonomisella asemalla on vaikutusta vapaa-aikaan ja toimintaan. Vapaa-aika voi olla sosiaalista yhdessäoloa tai aikaa yksin olemiselle. Jokaisen yksilön vapaa-ajalla on aina seurauksia, jotka vaikuttavat yhteiskuntaan ja kulttuuriin niin kuin yhteiskunnan arvotkin vaikuttavat yksilön vapaa-aikaan kertoen yksilön sitoutumisesta niihin. Vapaa-aikaa määriteltäessä tärkeäksi nähdään spontaani sosiaalinen osallistuminen, sillä toiminnalla on aina sosiaalisia vaikutuksia. Vapaa-aika vaikuttaa siihen, minkälainen ihminen yksilönä on ja mikä hänestä tulee sekä siihen minkälaiset ovat hänen sosiaaliset siteensä. (Neumayer – Wilding 2005: 318; Thibodaux – Bundy 1998: 158, 162, 166.)

Vapaa-aikaa voidaan tarkastella aikana, jolloin ihminen voi keskittyä löytämään merkitystä elämälle ja toimia osittain irrottautuneena rutiineista, säännöistä ja normeista. Ihminen on vapaa-aikanaan suuntautunut pois sekä perheen että työn asettamista velvollisuuksista. Näin ollen ihminen voi vapaa-aikana kokea olevansa vapaasti oma itsensä kehittäen minän ulottuvuuksia ja käyttäen luovuuttaan. (Thibodaux – Bundy 1998: 164-166.) Vapaa-aika on moniulotteinen ilmiö, sillä se elää perheen sisällä ja yhteisön rooleissa ja sitä määrittelee yhteiskunnan sen hetkinen kulttuuri. (Suto 1998: 273).

Sosiologi Robert A. Stebbins on jaotellut vapaa-ajan vakavaan ja huolettomaan vapaa-aikaan. Vakavalla vapaa-ajalla (serious leisure) hän tarkoittaa toimintaa, joka sisältää vaatimuksia, itsensä toteuttamista tai harjoittelua. Samankaltaisia asioita yleensä saavutetaan myös työn kautta. Erilaisten normien tai arvojen hyväksyminen liittyy tähän vapaa-ajan muotoon, ja tämän vuoksi vakavassa vapaa-ajassa koetaankin usein samaistumista siihen, minkä vuoksi ponnistellaan. Vakavaa vapaa-aikaa voidaan verrata Csikszentmihalyin flow-käsitteeseen, josta kerromme työmme seuraavassa pääluvussa. (Suto 1998: 272.) Todelliset vapaa-ajan toiminnot ovat niitä, joissa voi toteuttaa itseään, rikastuttaa ja luoda uutta ja näin kehittää tunnetta omasta henkilökohtaisesta hyvinvoinnista (Neumayer – Wilding 2005: 322). Huolettomalla vapaa-ajalla (casual leisure) tarkoitetaan toimintoja kuten television katselua, joiden tarkoituksena on kuluttaa aikaa. Nämä toiminnot voivat olla jossain määrin välttämättömiä, mutta ne eivät luultavammin edistä henkilökohtaista kasvua. (Suto 1998: 322.)

Vapaa-aika ei ole paikallaan oloa vaan kokonaisuus, joka muuttuu, ja jonka avulla pyritään joihinkin kohti. Melinda Sutton mielestä vapaa-ajan määrittämisen sijaan olisi tärkeää tuoda se esille sosiaalisena vuorovaikutuksena historiallisten aikojen ja yhteyksien kautta. (Sutton 1998: 319.)

4.2 Seinällä on vanhoja valokuvia (Vapaa-ajan historiaa)

Ihmiset ovat aina halunneet osallistua vapaa-ajan toimintoihin (Neumayer – Wilding 2005: 319). Tarkoituksemme ei ole kuvata vapaa-ajan historiaa kovin laajasti, mutta haluamme antaa jonkinlaisen käsityksen siitä, miten länsimaissa on arvostettu vapaa-aikaa, sillä historia selittää sitä, minkälaisena vapaa-aika käsitetään nykyään. Selkiyttääksemme vapaa-ajan historiaa ja sen yhteyttä nukkekodin historiaan, olemme koonneet kaavion, jossa nämä kaksi aihetta kulkevat rinnakkain (LIITE 1).

Antiikin aikana vapaa-aika oli ihanne, aika, jota yläluokkaan kuuluvat miehet viettivät mietiskelemällä ja erilaisten huvitusten ympäröimänä Kreikassa ja Roomassa. Naiset ja orjat taas eivät ehtineet nauttia vapaa-ajasta. (Primeau 1996: 570; Neumayer – Wilding 2005: 320.)

Varhaiset kristityt pitivät myös vapaa-aikaa arvossa, sillä työn ja sen kautta vaurastumisen nähtiin haittaavan Jumalan palvelemista. Ennen teollistumista luonnon ja vuodenaikojen rytmit määrittivät arjen ajankäyttöä ja työtä tehtiin koko ajan, mutta rauhallisessa tahdissa. Työ sisälsi iloa ja se voitiin nähdä sekä vapaa-aikana että työnä. (Primeau 1996: 570.)

Radikaaliprotestanttinen keskiluokka uudisti näkemystä työstä nostamalla sen itsetarkoitukseksi ja vapaa-aika alettiin nähdä itsekontrollin vastakohtana ja syntinä. Syntyi säännöllinen työviikko ja sunnuntai pyhitettiin lepopäiväksi. Protestanttisen työetiikan vaikutus on nähtävissä vielä tänäkin päivänä. Teollistumisen myötä leikki poistui työstä, kello määritteli työntekoa ja työn valvominen työnjohtajien avulla yleistyi. Näin myös naisten ja miesten työt erkanivat miesten lähdettyä kodin ulkopuolelle töihin. Työ ja vapaa-aika tapahtuivat eri aikaan ja eri paikoissa. (Primeau 1996: 570-572.)

Nykyisen kuluttamisen kulttuurin myötä vapaa-aika voidaan nähdä hyödykkeenä ja aikana, jolloin ostetaan hyödykkeitä, jotta pystytään saavuttamaan tietty sosiaalinen asema (Neumayer – Wilding 2005: 323). Lisääntynyt työnteko näkyy vapaa-ajan vähenemisenä. Kuluttajakeskeinen yhteiskunta on pakottanut ihmiset työskentelemään enemmän säilyttääkseen elintasonsa. Usein toive siitä, että vapaa-aikaa olisi enemmän, on pienempi kuin halu saada lisää materiaalisia hyödykkeitä. (Primeau 1996:

572-573.) Aika ja toiminta ovat yksilön oman kontrollin vallassa. Vapaa-aika korostaa yksilöä toimijana. (Thibodaux –Bundy 1998: 161.)

4.3 Rentoutu nojatuolissa (Kellyn vapaa-ajan elementit)

Valitsimme työmme vapaa-aikaa selittäväksi teoriaksi John R. Kellyn määrittelemät vapaa-ajan elementit, jotta pystyimme tarkastelemaan vapaa-ajan olemusta täsmällisemmin ja rakentamaan haastattelukysymyksiä sekä analysoimaan aineistoamme. Kelly on sosiologi, joka 1970-luvun lopulla alkoi tarkastella vapaa-aikaa toimijan näkökulmasta ja suhteesta sosiaalisiin rakenteisiin. Hän erotteli viisi vapaa-ajan peruselementtiä, jotka luokittelevat sitoutumista toimintaan ja joita voidaan havaita kaikenlaisissa vapaa-ajanmuodoissa. (Thibodaux – Bundy 1998: 162.)

Kellyn kehittänyt jako on mielestämme selkeä ja tarjoaa monta suuntaa tarkastella nukkekodin rakentamista vapaa-ajantoimintana. Nämä elementit ovat päteviä tänäkin päivänä, huolimatta siitä, että ne määriteltiin jo kauan sitten. Kellyn vapaa-ajan elementit, joita olemme käyttäneet haastattelukysymysten laatimisen ja analyysin pohjana, ovat intensiteetti, seurallisuus, spontaanisuus, paikallisuus ja syventyminen. Kunkin elementin sisältöä voi tarkastella ääripäästä toiseen. Intensiteettiä voidaan kuvata jännällä passiivisesta aktiiviseen. Seurallisuus on sosiaalisuutta, jota voi tarkastella yksinäisyydestä aina isossa ryhmässä tapahtuvaan toimintaan. Paikallisuus merkitsee yksityisessä tilassa tai yleisessä tilassa olemista. Syventymisellä tarkoitetaan keskittymistä, joka voidaan nähdä vahvimmillaan täydellisenä hengen ja ruumiin yhteytenä. Spontaanisuus ulottuu valmistelemattomasta tai kiireessä kokoon kytäytystä aina täysin rituaaliseen toimintaan. (Thibodaux – Bundy 1998: 162.)

Tutkiessaan vapaa-ajan olemusta, Kelly on jakanut vapaa-ajan myös neljään perustyyppiin. Jaottelun mukaan toiminta voi olla leikkillisyyttä vaativaa, ilman ehtoja tapahtuvaa tai spontaania vuorovaikutusta vaativaa. Toiminta voi olla osaltaan myös rentouttavaa eli korvaavaa toimintaa tai sidottu johonkin tiettyyn rooliin. (Thibodaux –Bundy 1998: 162-163.)

4.4 Tanssi hetki kanssani (Vapaa-aika toimintakokonaisuutena)

Yleisesti uskotaan, että toimintakokonaisuuksien tasapaino on hyödyksi ihmisen hyvinvoinnille, mutta toimintaterapian kirjallisuudessa ei useinkaan kuvata mitä toimintakokonaisuuksien tervehdyttävällä tasapainolla todellisuudessa tarkoitetaan. (Hammell 2004: 297; Primeau 1996: 574.) Tämän tasapainon merkityksen juuret ovat jo kaukana historiassa toimintaterapian syntysijoilla. Adolf Meyer esitti ajatuksia toimintakokonai-

suuksien tasapainon ja elämän rytmisyyden tärkeydestä. (Primeau 1996: 569; Suto 1998: 272.)

Vapaa-aikaa kuvataan yleisimmin suhteessa työhön. Vapaa-aika nähdään aikana, joka on työnteon jälkeen. Voidaan ajatella, että työ on jotain, mitä ihmisen täytyy tehdä, kun taas leikki ja vapaa-aika nähdään asioina, joita ihminen haluaa tehdä. Työn ja vapaa-ajan selkeää rajaa ei voi kuitenkaan määritellä. Mikä tahansa toiminta voi olla vapaa-aikaa, jos se on vapaasti valittua eikä sitä tehdä ainoastaan taloudellisen hyödyn vuoksi. Joku voi luoda vapaa-ajan ja leikin samaan kontekstiin työn tai itsestä huolehtimisen kanssa. Kun vapaa-aika nähdään subjektiivisena tilana, henkilön oma asenne määrittää toiminnan kokemisen työksi tai vapaa-ajaksi. (Thibodaux – Bundy 2000:159, 164-165; Neumayer – Wilding 2005: 322; Guitard – Ferland – Dutil 2005: 13.)

Sama toiminta voi toisella ihmisellä kuulua vapaa-aikaan, toisella taas liittyä tuottavuuteen. Myös sama yksilö voi määritellä saman toiminnan eri tavoin eri kerroilla, riippuen mielialasta, tavoitteista, kontekstista tai muiden ihmisten läsnäolosta. (Hammell 2004: 297.) Vaikka vapaa-aika rinnastetaan usein lasten leikkiin, yhtään aikuisten leikillisyyteen liittyvistä tutkimuksista ei ole tehty vapaa-aikaan liittyen vaan asiaa on tutkittu työympäristöissä (Guitard ym. 2005: 13). Toimintaterapian näkemys vapaa-ajasta ilmenee käytettävistä arviointimenetelmistä (Suto 1998: 275).

Robert Stebbins ja Donald Reid ovat vastustaneet työn näkemistä identiteetin ja oman arvon keskeisenä tekijänä. Heidän näkemyksensä on, että vapaa-aika pikemminkin kuin työ rakentaa itsensä kehittämistä, henkilökohtaista tyydytystä ja identiteettiä. (Suto 1998: 272.) Toiminnot, jotka liittyvät vapaa-aikaan tai itsestä huolehtimiseen, tuovat esiin yksityisempiä osia identiteetistä. (Unruh 2004: 294). On huomattava, että työ ja vapaa-aika eivät ole toistensa vastakohtia tai kilpailijoita. Tärkeämpää on tarkastella, missä ihminen voi löytää itsensä ja merkityksen elämälleen. (Neumayer – Wilding 2005: 325.)

On nähtävissä, että tänä päivänä työ ja vapaa-aika ovat osalle ihmisistä jälleen lähentymässä toisiaan, kun ihmiset tekevät valintoja vähentämällä töitä ja kulutusta, valitsemalla huonommin palkattua työtä ja etsimällä työstä iloa. (Primeau 1996: 573.)

5 OVI VIINIKELLARIIN AUKEAA (Flow)

Ilo, into, lumous, haasteellisuus, haaveiden ja unelmien toteuttaminen ovat nukkekotirakentajien käyttämiä kuvauksia siitä, mitä toiminta heille antaa. Lukemalla lehtiartikkeleja ja kuuntelemalla nukkekotirakentajia saimme sen mielikuvan, että flow-kokemus on olennainen osa nukkekodin rakentamisen viehätystä ja vetovoimaa. Flow on siksi yksi avainsanoistamme.

5.1 Löydämme punaviinin vuodelta -61 (Mitä on flow?)

Psykologian professori, Mihaly Csikszentmihalyi on luonut käsitteen flow, jota voidaan kuvata optimaaliseksi kokemukseksi toiminnan yhteydessä. Keskeistä sille on toimintaan uppoutuminen ja siitä saatu syvä ilon ja nautinnon tunne. Toiminnassa yhdistyy niin lihasten ja hermojen kuin tahdon ja ajatusten sekä tunteiden käyttö. (Csikszentmihalyi 2005: 16-20,176.)

Flow on subjektiivinen psykologinen tila, joka voidaan käsittää hyvinvoinnin korkeimmaksi tasoksi. Henkilö on silloin innostunut ja energinen, erittäin motivoitunut ja kognitiivisesti tehokas. Hänen tarkkaavaisuutensa ja mielenkiintonsa on keskittynyt toimintaan, jossa aktiivinen taitojen käyttö ja toiminnan haasteellisuus saavat aikaan kehittymisen ja nautinnon tunteen. Henkilö kokee olevansa sisällä toiminnassa. Turhautuminen, tylsistyminen ja apatia voidaan nähdä vastakohtana flowlle. (Emerson 1998: 39.)

Flown kokemista pidetään mahdollisena kaikille, kulttuuriin, ikään tai sosiaaliseen asemaan katsomatta. On kuitenkin huomattu, että iän ja sosioekonomisen aseman kasvaessa, ihmisillä on taipumus nauttia toiminnasta erityisesti vain siksi, että toiminta itsessään on niin mielenkiintoista. Tätä Csikszentmihalyi selittää sillä, että flow on korkeamman tason tarve, ei välttämätön eloonjäämiselle, mutta tarpeellinen onnellisuudelle. (Emerson 1998: 40.) Kulttuuriset erot näkyvät siinä miten yleisesti hyväksyttävää on tavoitella onnea tai miten tietty historiallinen ajanjakso vaikuttaa yksilöiden elämänlaatuun. (Csikszentmihalyi 2005: 123).

Yksilön, ympäristön ja perheen olosuhteet vaikuttavat ihmisen haluun etsiä mahdollisuuksia flow-kokemuksille. Henkilöillä, joilla on kyky keskittää psyykkistä energiaansa ja ylläpitää paneutumista, sanotaan olevan autoteelinen itse. Silloin kun henkilölle on kehittynyt autoteelinen itse, hänen on helppo nauttia elämästä, vaikka ulkoiset olosuhteet olisivat vaikeat. Henkilö kykenee asettamaan itsenäisiä sisäisiä tavoitteita, jolloin mahdolliset uhkat on muutettavissa iloa tuottaviksi haasteiksi ja vastaamalla haasteisiin taidot kasvavat. (Csikszentmihalyi 2005: 131,303,305; Emerson 1998: 40.)

Toimintoja, jotka saavat aikaan flown, sanotaan puolestaan autoteelisiksi toiminnoiksi. Edellytyksenä toiminnolle on tietty kiinnostavuus, joka saa ihmisessä aikaan tutkimisen, löytämisen ja ongelmanratkaisun. Haaste muodostuu toiminnan kompleksisuudesta, joka voi olla tässä yhteydessä myös mielen toiminto kuten kuvittelu ja arvoitusten ratkaiseminen. Tavoitteet on saavutettavissa tarkoituksenmukaisilla, henkilön taitoja vastaavilla keinoilla ja henkilön täytyy itse voida vaikuttaa tulokseen. (Emerson 1998: 39-40.)

Ihmisen päivittäisissä rutiineissa on lukuisia toimintoja, jotka eivät vaadi paljon taitoja, mutta ovat sisäisesti palkitsevia. Ne strukturoivat arkea ja niistä voi nauttia. Näitä kutsutaan mikroflow-toiminnoiksi, kun taas syvä- eli makroflow saa aikaan tunteen yliaistillisesta harmoniasta ympäristön kanssa. Flow voidaan kokea intensiiviteetiltään, syvyydeltään ja voimakkuudeltaan hyvinkin vaihtelevasti. (Emerson 1998: 41.) Pyrkiessään harmoniaan yksilö saattaa kokea sisäistä konfliktia siitä, mihin toimintoihin hän kanavoi omaa psyykkistä energiaansa. Puntarissa on yleisen käyttäytymisen arvostaminen suhteessa omaan subjektiiviseen kokemukseen, jolloin valittavana on henkilökohtainen, sisäisesti motivoitunut toiminto tai ulkoisesti motivoitunut toiminto, sellainen, jota kaikki muutkin tekevät. (Csikszentmihalyi 2005: 323-332.)

Useat toiminnot tuottavat enemmän iloa kun ympärillä on muita ihmisiä, mutta myös yksinolo voidaan nähdä haasteena. Ihminen ei tunne itseään yksinäiseksi silloin kun on mahdollista asettaa tavoitteita ja saavuttaa taitoja, joihin ei voi päästä muiden seurassa. Vuorovaikutuksessa muiden kanssa yhteinen flow-kokemus on mahdollinen, jos yksilöiden tavoitteet ovat samansuuntaisia. Ihanteiden ja unelmien yhdessä jakaminen, vastavuoroinen palaute ja uusien haasteiden löytäminen tuottavat parhaimmillaan suurta iloa ja vapauden tunnetta. (Csikszentmihalyi 2005: 242-272.)

5.2 Viini tuoksuu huumaavalta (Flown osatekijät)

Csikszentmihalyi (2005: 82-106) on jakanut flown seitsemään osatekijään, joita olemme käyttäneet laatiessamme haastattelukysymyksiä. Jaottelu osatekijöiden kesken on hieman vaihtelevaa ja eri lähteistä riippuen niitä on 6-8, samat asiat jaettuna hieman eri tavoin.

Toiminta sisältää haasteita eli toimintamahdollisuuksia ja edellyttää taitoja. Yksilön taidot ovat tasapainossa toiminnan vaatimusten kanssa ja tehtävä on mahdollista saavuttaa päätökseen. Toimintaan on käytettävä psyykkistä energiaa ja ymmärrettävä toiminnan säännöt. Yksilö voi itse muokata toiminnan rakennetta, jotta siitä muodostuu haas-

tavampi ja enemmän iloa tuottava. Haaste sisältyy myös symbolisen järjestelmän ymmärtämiseen kielen, matematiikan tai jonkin muun abstraktin merkkijärjestelmän kautta. Silloin toiminta on mielen tasolla tapahtuvaa käsitteillä pelaamista.

Ihmisellä on mahdollisuus keskittymiseen, jolloin hänen tietoisuutensa ja tarkkaavuu- tensa on toiminnassa täysin mukana. Flow-kokemus saattaa vaikuttaa vaivattomalta toiminnalta, mutta se voi olla fyysisesti rasittavaa tai vaatia erittäin kurinalaista ajatus- toimintaa. Ihminen ja toiminta ovat yhtä, eikä pohtimiselle ole tarvetta.

Toiminnalle on selkeät, itse asetetut tavoitteet. Ihmisellä on vahva käsitys siitä mitä hän on tekemässä. Joskus toiminta on sellaista, ettei selkeitä tavoitteita voi asettaa etukä- teen, silloin tavoite muokkautuu toiminnan aikana. Tavoitteiden asettelulla on merkitys- tä valintojen tekemiselle ja silloin kun tavoite on korkealla, sen saavuttamiseen saattaa kulua pitkäkin aika.

Palautteen saaminen on suhteessa saavutettuun tavoitteeseen. Yksilö pyrkii vastaanot- tamaan palautetta, joka on tärkeää juuri hänelle ja loogisessa suhteessa hänen itsensä asettamaan tavoitteeseen. Itselle merkityksellinen palaute, etenkin sen antama symbo- linen viesti vahvistaa itsen rakennetta.

Kokemus on niin intensiivinen, että toiminnan aikana ihminen unohtaa ikävät asiat elä- määnsä. Toiminta itsessään on selkeästi rakentunutta ja vaativaa. Flow-kokemuksen tilassa ei ajatuksissa ole tilaa informaatiolle, joka on merkityksetöntä. Flow- kokemuk- sessa arkipäiväiset huolet menettävät merkitystään.

Ihmisellä on kohonnut tunne, että hän kontrolloi täysin tilannetta. Tähän liittyy myöntei- nen jännitys. Tilanteen hallinta antaa tunteen siitä, että flown maailmassa täydellisyys on saavutettavissa. Epäonnistumista ei pelkää ja ilo syntyy käsityksestä että mahdolli- sen vaarankin voi minimoida.

Ihminen on yhtä itsensä ja ympäristönsä kanssa. Itsen tietoisuus katoaa ja se antaa tunteen siitä, että olemuksemme rajat laajenevat. Kokemus syntyy vuorovaikutuksesta ja siitä saadun yhteyden tunteesta tavallisesti vieraisiin elementteihin. Ihmisestä tulee tarkkaavaisuutensa ja toiminnan sääntöjen myötä osa toimintajärjestelmää. Flow- ko- kemuksen myötä ihmisen käsitys itsestään on voimistunut.

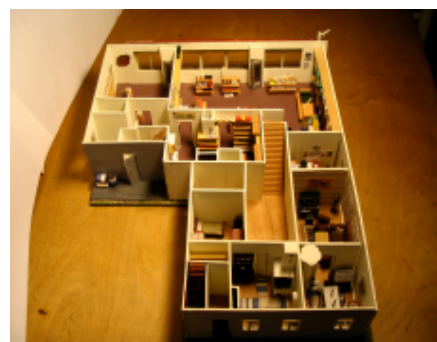
5.3 Viinin siemailua hiljalleen (Flow ajassa)

Silloin kun toiminta sanelee rytmin, ei kellon mittaamalla ajalla ole niinkään merkitystä. Toiminta itsessään sisältää tietyn tapahtumasarjan ja voi olla hyvin vapauttavaa voida itse muokata rajat, jossa toiminta tapahtuu. (Csikszentmihalyi 2005: 106.) Jonathan Wright on jakanut flow-kokemuksen kahteen eri ilmiöön. Yhteistä niille on se, että ne liittyvät tiiviisti sen hetkiseen tilanteeseen, saaden aikaan toimintaa, joka on sisäisesti palkitsevaa. Eroavaisuudet tulevat ilmi ponnisteluissa tavoitetta kohti, kokemuksen seurauksissa ja aikakäsityksessä. Flow-kokemuksessa henkilö uppoutuessaan toimintaan voi kokea tuntien vierähtävän minuuteissa tai kokemus voi tuntua kestävän pidempään kuin se todellisuudessa kestikään. (Wright – Saldo – Stew 2006: 25, 30.)

Vaikka flowta on tutkittu jo yli 30 vuotta, on edelleenkin epäselvää missä järjestyksessä flown osatekijöiden tulee tapahtua ja onko jokin piirre toista olennaisempi. (Wright 2006: 26). Csikszentmihalyin mukaan ei ole väliä mistä aloittaa, kun yksi flown osatekijöistä on liikkeessä, muut osatekijät on paljon helpompi saavuttaa. (Csikszentmihalyi 2005: 304.)

Flown alkuun vaikuttaa tietoinen päätös itselle luontaisen toiminnan aloittamisesta sekä rentoutumisen mahdollisuus häiriöttömässä toimintaa varten järjestetyssä ympäristössä. Kokemuksen aikana henkilö unohtaa arkiset asiat, hänellä on selkeä käsitys siitä mitä on tekemässä, mutta ajantaju on muuttunut. Kun toiminta loppuu, henkilö kokee virkistyneensä ja onnistumisen tunteen myötä hänen motivaation tasonsa on noussut. Positiivinen tunne flown jälkeen jatkuu siihen saakka, kunnes jokin tapahtuma rikkoo tunnelman. (Wright 2006: 28-29.)

Mitä autoteelisempi itse on, sitä helpommin flown olotila on tavoitettavissa. Ajatuksilla leikkiminen on eräs tapa kuljettaa mukanaan omavaraista mielen maailmaa, johon henkilöllä on mahdollisuus liittää omat toiveet, tunteet ja ideat. Mielen prosessia pidetään yhtenä vanhimpana iloa tarjoavista toiminnoista ja siihen on helppo uppoutua aina tilanteen salliessa. (Csikszentmihalyi 2005: 175-188.) Nukkekotirakentajilla on mukanaan valmius nähdä asiat minikoossa.



6 SEIKKAILU PUUTARHASSA (Tutkimusaineisto)

Olemme lähestyneet nukkekodin rakentamista vapaa-ajan toimintana ja tekijän kokemuksena laadullisen tutkimuksen näkökulmasta haastattelujen avulla. Työmme tarkoituksena on ollut selvittää mitä nukkekodin rakentaminen on toimintana tekijälleen ja mikä tekee siitä hänelle merkityksellistä. Tutkimuskysymyksemme ovat ohjanneet tutkimusaineistomme kokoamista ja käsittelyä. Työmme tutkimusote on deduktiivinen, mikä näkyy työssämme siten, että olemme tarkastelleet ja eritelleet nukkekodin rakentamista toimintana ja tekijänsä kokemuksena valitsemistamme teorioista käsin (Anttila 2005: 116-117). Haastattelukysymyksemme pohjautuvat kolmeen teoriaan; Nelsonin toiminnan määritelmään, vapaa-ajan elementteihin ja flown osatekijöihin, sillä halusimme muodostaa selkeät ja kattavat kysymykset, joiden avulla saisimme riittävästi tietoa aiheestamme.

Tutkimusaineistomme koostuu neljän nukkekoteja rakentaneen henkilön haastattelusta. Meillä itsellämme on myös omakohtaista kokemusta nukkekotirakentamisesta ja olemme rakentaneet nukkekoteja sekä yksin että yhdessä. Pääpaino työssämme on haastattelujen kautta saadussa materiaalissa. Olemme pyrkineet kiinnittämään huomiota työmme luotettavuuteen laatimalla kysymykset huolellisesti ja harkiten, välttämään ennakko-oletuksia kysymyksenasettelussa sekä olemaan tarkkoja ettemme sekoita haastatteluista saamiamme tuloksia omiin kokemuksiimme tai mielipiteisiimme.

Aluksi pohdimme mahdollisuutta toteuttaa nukkekodin rakentaminen kerhossa, jossa olisimme havainnoineet ja haastatelleet ryhmän jäseniä. Ryhmän havainnoinnin kuitenkin hylkäsimme yrittäessämme rajata työtä järkeviin aikarajoihin. Tutkimusaineiston kokoaminen erityyppisistä artikkeleista olisi myös ollut mielenkiintoista, mutta se olisi antanut toiminnasta yleisemmän kuvan kuin henkilökohtaisesti toteutetut haastattelut. Koska tarkoituksemme oli saada tietoa henkilön subjektiivisesta kokemuksesta, päädyimme haastattelemaan aitoja henkilöitä (Anttila 2005: 195).



Lähetimme myös Toimintaterapeuttiliiton ylläpitämälle Toinet-sähköpostilistalle viestin, jonka kautta etsimme nukkekodin rakentamista työssään käyttäneitä toimintaterapeutteja. Saamiamme vastauksia käsittelemme pohdinta-osiossa, jossa esitämme omia ajatuksiamme ja koostamme toimintaterapeuttien kokemuksia. Nämä kokemukset eivät ole osa analyysiamme.

6.1 Polku vie hedelmäpuiden siimekseen (Haastattelujen suunnittelu)

Haastattelu toteutetaan asteikolla, jonka toisessa päässä voidaan nähdä tiukka strukturoitu lomakehaastattelu ja toisessa strukturoimaton, avointa keskustelua muistuttava haastattelumenetelmä. Työmme aineistonhankintatapana oli näiden väliin jäävä puolistrukturoitu haastattelu, jossa kysymykset ja niiden muoto ovat samat kaikille haastateltaville, mutta kysymysten järjestys voi vaihdella tilanteen mukaan ja vastauksissa saatulla ilmi yksilön oma ilmaisu. Työssämme puolistrukturoitu haastattelun valitseminen selittyy muun muassa siten, että laitimamme haastattelukysymykset perustuivat teoriaan. Esitimme kaikille haastateltaville samat kysymykset pääasiassa samassa järjestyksessä. Kysymysten asettelulla pyrimme kuitenkin siihen, että vastaukset olisivat mahdollisimman omakohtaisia, laajoja ja kuvailevia. (Anttila 2005: 201; Sarajärvi – Tuomi 2002: 77.)

Vältimme esittämästä kysymyksiä, jotka olisivat sisältäneet odotuksen tietynlaisen vastauksen antamisesta. Kuitenkin tarkensimme kysymystä tai esitimme lisäkysymyksen, jos haastateltava ei ymmärtänyt alkuperäistä kysymystä. Vaikka emme tehneet koehaastattelua, pohdimme paljon kysymysten oikeaa muotoa ja ymmärrettävyyttä kuten myös sitä, mitä asiaa teorian kannalta kukin kysymys koskettaa. Laadimme kysymysten muotoilusta seuraavalla sivulla olevan kaaviokuvan, josta näkyvät haastattelukysymyksemme sekä kysymysten ja niiden pohjana olevien teorioiden välinen suhde.

- 1. KUVAILE MILLAISTA ON RAKENTAA NUKKEKOTIA.
- 2. MIKÄ SAI SINUT ALOITTAMAAN NUKKEKODIN RAKENTAMISEN?
- 3. MILLAISISSA TILANTEISSA RAKENNAAT NUKKEKOTIA?
- 4. MITÄ MIELESTÄSI NUKKEKODIN RAKENTAMINEN SINULTA VAATII?
- 5. MITÄ NUKKEKODIN RAKENTAMINEN ON SINULLE ANTANUT?
- 6. MIKÄ NUKKEKODIN RAKENTAMISESSA ON SINULLE TÄRKEÄÄ JUURI NYT?
- 7. MINKÄLAISTA PALAUTETTA SAAT MUILTA?
- 8. HALUATKO KERTOAA VIELÄ JOTAIN?

NELSONIN TOIMINNAN MÄÄRITELMÄ

- Toiminnan muoto
● ● ● ● ● ● ● ●
- Kehityksellinen rakenne
● ● ● ● ● ● ●
- Merkitys
● ● ● ● ● ● ●
- Tarkoitus
● ● ● ● ● ● ●
- Toiminnan suoritus
● ● ● ● ● ● ●

VAPAA-AJAN ELEMENTIT

- Intensiteetti
● ● ● ● ● ● ●
- Seurallisuus
● ● ● ● ● ● ●
- Spontaanisuus
● ● ● ● ● ● ●
- Paikallisuus
● ● ● ● ● ● ●
- Syventyneisyys
● ● ● ● ● ● ●

FLOW

- Haaste
● ● ● ● ● ● ●
- Keskittyminen
● ● ● ● ● ● ●
- Tavoite
● ● ● ● ● ● ●
- Palaute
● ● ● ● ● ● ●
- Intensiivisyys
● ● ● ● ● ● ●
- Kontrolli ja myönteinen jännitys
● ● ● ● ● ● ●
- Yhtä ympäristön kanssa
● ● ● ● ● ● ●

Haastattelimme yhteensä neljää nukkekotirakentajaa. Kolme heistä otti meihin yhteyttä nähtyään Nukkekotiyhdistyksen jäsenlehdessä 1/2006 olleen ilmoituksen, jossa haimme nukkekodeista kiinnostuneita henkilöitä opinnäytetyötämme varten haastatteluviksi (LIITE 2). Yksi haastateltavista kuuli asiasta sukulaiseltaan. Kolme haastateltavista oli naisia ja yksi mies. Emme kysyneet haastateltaviemme tarkkaa ikää, mutta yksi heistä oli eläkeläinen kun taas kolme muuta olivat työikäisiä. Kaikilla heillä oli omia lapsia, yhdellä myös lapsenlapsi. Vain yksi haastateltavista asui pääkaupunkiseudulla. Olimme toimittaneet kysymykset etukäteen pohdittavaksi kolmelle haastateltavalle ja annoimme kaikille kysymykset omalla paperillaan myös haastattelutilanteessa, jotta haastattelua olisi helpompi seurata ja kysymyksiin mahdollista palata vielä haastattelun lopussa. (Sarajärvi – Tuomi 2002: 77.)

Pirkko Anttila kuvaa kokemusta yksilön yksittäiseksi ilmiöksi ajassa ja tilassa (Anttila 2005: 77). Yksilön kokemukseen perustuvan tutkimuksen lähtökohtana on löytää ihmisiä, joilla on omakohtaisia kokemuksia tutkittavasta aiheesta. Heidän tulisi voida kuvaila yksityiskohtaisia kokemuksiaan, jotka liittyvät juuri tiettyihin itse koettuihin elämäntilanteisiin ja – tapahtumiin. Koska yksilöillä elämäntilanteet ovat erilaiset, haastateltavia yhdistävänä tekijänä opinnäytetyössämme on nukkekodin rakentaminen. Tärkeä edellytys on, että henkilöt ovat itse halukkaita palaamaan kokemuksiinsa kuvaamaan niitä. (Perttula 2006: 137, 139, 153, 170.)

Kokemuksen jakamiseen tarvitaan myös kykyä reflektoida ja kertoa sanallisesti omista ajatuksistaan. Kokemusta ei kuitenkaan voi milloinkaan selittää ja ilmaista sellaisena kuin ihminen on sen alun perin tuntenut, vaan siitä jää aina puuttumaan jotain, minkä voi ymmärtää vain kokemalla. (Anttila 2005: 112.)

6.2 Poimimme kypsät hedelmät koriin (Haastattelujen toteutus ja arviointi)

Toteutimme haastattelut syksyllä 2006, syyskuun ja lokakuun vaihteessa, kahden viikon sisällä. Pyrimme järjestämään haastattelutilanteet kunkin haastateltavan omassa ympäristössä, mahdollisimman aidossa ja arjenomaisessa tilanteessa. (Anttila 2005: 188). Samalla näimme nukkekodin tai nukkekodit, joiden rakentamisen kokemuksista halusimme saada tietoa. Yksi haastatteluista tapahtui kuntoutuslaitoksen oleskelutiloissa ja siellä katsoimme haastateltavamme rakentamia nukkekoteja tietokoneelta. Olimme etukäteen olleet yhteydessä haastattelemiimme henkilöihin vain puhelimen tai sähköpostin välityksellä ja haastattelu olikin erinomaista aloittaa sillä, että haastateltava esitteli meille rakentamansa nukkekodin tai nukkekodit.

Haastattelutilanteessa koimme, että omasta kiinnostuksestamme nukkekoteja kohtaan oli hyötyä, koska se helpotti meidän haastattelijoiden ja haastateltavan, meille vieraan henkilön välistä vuorovaikutustilannetta. Tunsimme olevamme saman ymmärryksen piirissä. Koska nukkekoti oli kuvina tai konkreettisenä esineenä läsnä, oli orientoituminen haastatteluun helppoa ja luontevaa. (Perttula 2006: 140,156.)

Kolmessa haastattelussa olimme molemmat läsnä. Sovimme kumpi meistä oli haastattelijan roolissa ja kumpi seurasi kuunnellen. Emme tehneet muistiinpanoja haastattelun aikana vaan pyrimme tekemään tilanteesta mahdollisimman luontevan. Olimme orientoituneet kuhunkin haastattelutilanteeseen, mutta kolmen ihmisen vuorovaikutustilannetta ei voi kovin pitkälle etukäteen suunnitella. Pidimme tärkeänä, että emme johdattele vastajaa vaan haastateltavan spontaani ilmaisu saisi tulla esiin. (Anttila 2005:185, 196-197.)

Nauhoitimme kaikki haastattelut. Jälkeenpäin totesimme, että haastateltavien lapset tai lapsenlapsi oli myös joko samassa tilassa tai lähistöllä, mutta ainakin itse koimme, että meillä oli hyvä työrauha. Lapsilla oli muuta seuraa tai tekemistä haastattelun ajan.

Haastattelut sujuivat hyvin. Haastateltavien vastaukset vaihtelivat pituudeltaan. Haastattelujen aikana huomasimme, että toisilla haastateltavista oli enemmän kerrottavaa nukkekodin rakentamiseen liittyvistä käytännön asioista, toisilla taas rakentamisen tarkoituksesta ja merkityksestä itselleen. Kunnioitimme haastateltavien yksityisyyttä ja antaa heidän rajata kertomaansa.

Olemme pohtineet haastattelukysymysten avoimuutta ja sitä, minkälaista tietoa olisimme saaneet enemmän suuntaa-antavilla kysymyksillä. Olisimme todennäköisesti saaneet vielä enemmän oleellista tietoa avoimella haastattelulla, keskustellen tietyistä teema-alueista, mutta pelkäsimme, että melko kokemattomina haastattelijoina rönsyilisimme liikaa aiheesta pitkän keskustelun aikana. Pyrimme myös pitämään aineiston itsellemme mahdollisimman helposti käsiteltävänä muun muassa ajan rajallisuuden takia. Mielestämme saimme haastattelukysymysten myötä paljon tietoa haastateltavan tunteista, asenteista, näkemyksistä ja historiasta. (Anttila 2005:197.)

Haastateltavamme tietävät etteivät heidän henkilötietonsa tule esille työstämme. Toisaalta he ovat kaikki mielellään antaneet luvan siihen, että käytämme kuvia heidän nukkekodeistaan ja tietävät, että niistä heidät saatetaan tunnistaa. Lisäksi saimme luvan laittaa työhömmme tarinan, jonka saimme sähköpostitse.

7 MATKALLA ULLAKOLLE TUTKIMAAN SATOA (Analyysi ja tulokset)

Lähdemme nyt viemään puutarhan antimia vintille, jossa meillä on tilaa käsitellä ja järjestellä satoa. Lastimme on arvokas ja sen kantaminen on raskasta. Aiomme lajitella puutarhamme hedelmät kolmeen osaan - taateleihin, riikunoihin ja viikunoihin. Saatamme syödä niistä osan ja arvioimme sadon laadun.

7.1 Uuvuttavat portaat (Analyysin tekeminen)

Käytimme työmme tutkimusmenetelmänä sisällönanalyysiä, jota voidaan pitää perusmenetelmänä silloin, kun pyritään jäsentämään ja järjestämään aineisto tiivistetyssä muodossa johtopäätösten tekoa varten. Sisällönanalyysillä saadaan laadulliseen tutkimukseen luotettavuutta, sillä menetelmä tarjoaa mahdollisuuden kuvata tutkittavaa toimintaa sanallisesti ja samalla systemaattisesti. (Sarajärvi – Tuomi 2002: 93, 105-110.) Analysoimme 36 sivua haastatteluista litteroitua tekstiä toiminnan määritelmästä, vapaa-ajan elementeistä ja flowsta lähtöisin oleviin kategorioihin.

Aloitimme analyysin lukemalla litteroimiamme tekstejä läpi ja etsimällä niistä tutkimuskysymyksiimme vastaavia lauseita ja ajatuskokonaisuuksia. Tämä analyysin vaihe auttoi tutkimusaineiston ymmärtämisessä ja sisäistämisessä. Käytyämme tekstejä monta kertaa läpi, leikkasimme kaikki valitut ilmaisut irti paperista liuskoiksi ja ryhdyimme luokittelemaan niitä ensin vapaa-ajan elementtien ja flown osatekijöiden mukaan. Analyysiluokkina käyttämämme vapaa-ajan elementit (intensiteetti, seurallisuus, spontaanisuus, paikallisuus ja syventyminen) löytyvät luvusta 4, sivulta 16. Flown osatekijät (haaste suhteessa taitoihin, mahdollisuus keskittymiseen, toiminnan tavoitteet, muilta saatu palaute, kokemuksen intensiivisyys, täydellinen tilanteen kontrolli ja ihminen on yhtä ympäristönsä kanssa) puolestaan on esitetty sivuilla 20-21 luvussa 5.

Ensimmäisen luokittelun jälkeen talletimme tiedot ja aloitimme luokittelun samoilla ilmaisuilla uudelleen Nelsonin toiminnan määritelmän osa-alueitten mukaan. Näiden osa-alueiden sisältöä, jotka ovat toiminnan muoto, henkilön kehityksellinen rakenne, merkitys, tarkoitus ja toiminnan suoritus, olemme avanneet luvussa 3 sivuilla 8-10. Luokittelujen jälkeen analyysin teko jäi uinumaan ja palasimme lukemaan ja suomentamaan teorian tekstejä. Teorian syventymisen jälkeen lajittelimme liuskat vielä kerran, ja kerran, ja kerran. Eräänä päivänä olimme valmiita tarkastelemaan tuloksia. Olimme kavunneet ullakolle asti.

Valittuamme kolme teoriaa kysymysten pohjaksi ja näin myös analyysin pohjaksi, sisällön analysoiminen muodostui laajaksi ja aikaa vieväksi. Emme halunneet perustaa

opinnäytetyötämme Nelsonin toiminnan analyysiin, sillä senkaltaisia opinnäytetöitä löysimme useita. Sen sijaan valitsimme Nelsonin toiminnan määritelmän ja halusimme liittää kysymyksiimme muutkin avainkäsitteemme eli vapaa-ajan ja flown. Jälkiviisaana voimme todeta, että teoriapohjamme oli liian laaja suhteessa opinnäytetyöhön käytettävään aikaan.

7.2 Taatelit (Nelsonin toiminnan määritelmä)

Kaikilla haastateltavilla on jo aikaisempia kokemuksia nukkekodeista tai niiden rakentamisesta, useille jo lapsuudenkodistaan, joten kullekin on kehittynyt oma tapansa viritäytyä toimintaan.

”Mulla oli paljon piäniä tavaroita, jotka oli nukkekotiin niin ku tehty.”

”Edellisest jutust ku saa valmiiks, ni aina syntyy joku uus idea.”

Toiminnan muoto

Haastateltavat kuvaavat, että toiminta saa alkunsa jonkinlaisesta impulssista, joka voi olla mikä tahansa mielenkiintoinen lehtiartikkeli, televisio-ohjelma tai inspiroivan nukketalon näkeminen. Joskus lähtökohtana toiminnalle voi olla myös ulkopuolisen henkilön pyyntö.

”Anoppi teki sellasen tilauksen, et mä tein tosta jo puretusta kaupparakennuksesta, häälahjaks tavallaan tehtiin pienoismalli.”

Useimmiten fyysinen työskentely-ympäristö on oma koti, jolloin rakentaa voi *”silloin aina ku on mahdollisuus, ni silloin siihen tarttuu eikä tarvi lähtee kodin ulkopuolelle”*. Puitteet, joissa nukkekotia rakennetaan, voivat olla melko alkeelliset.

”Se on ollu siinä ruokapöydällä ku on tehty, ja sit ne on vaan pistetty sivuun ja sitte taas jatkettu.”

Toisaalta rakentaminen voi tapahtua kurssilla, jossa on valmiina tilat ja välineet. Välineistä ja työkaluista mainitsi vain yksi haastateltavista, vaikka tiedetään, että nukkekodin rakentamisessa tarvitaan tarpeenmukaisia työkaluja. Yksi haastateltavista oli sitä mieltä, että *”kivaahan se askartelu on kun on hyvät vehkeet ja puitteet.”*

Jokainen nukkekodin rakentaja voi täysin vapaasti määritellä itse, millä tavalla toimintaansa toteuttaa. Omien kokeilujen lisäksi muiden rakentajien ohjeita ja neuvoja toteutetaan mielellään. Itsenäisessä toiminnassa voi herätä kysymys siitä onko oma tapa tehdä se oikea tapa. Eräs haastateltavista totesikin, että *”jos tulee nukketalon rakentamiskurssi, ni sinne täytyy mennä rakentamaan, koska siel sit opettaja neuvoo miten ne ihan oikeasti kuuluis tehdä.”*

Oman perheen kulttuuri näkyy nukkekodin rakentamisessa eri tavoin, esimerkiksi yleisenä käsillä tekemisen perinteenä tai vähitellen muodostuen koko perheen harrastukseksi.

Nukkekodin rakentajat kokevat joskus asenteen toimintaansa kohtaan sellaisena, etteivät he mielellään kerro toiminnasta muille.

”Mä aattelin, et sit kaikki pitää ihan hölmönä ku semmost rupee tekemään.”

Haastatteluista ei kuitenkaan selvinnyt tarkemmin, mitkä piirteet toiminnassa saavat ympäristössä aikaan kielteisiä ennakkoluuloja. Toisaalta nukkekodin rakentaminen on myös tekijöitä vahvasti yhdistävää.

”Aina löytää niitä ihmisiä, jotka on kans kiinnostunu samasta asiasta. Yks työkaveri, joka paljastu nukkekotiharrastajaks, meistä on tullut niin ku sittemmin tullut todella hyvät ystävät.”

Yhteiskunnan normit ja säännöt rajoittavat toimintaa siltä osin kun toiminta on häiriöksi muille.

”Ku asu kerrostalos ni sit piti muistaa, että pitää lopettaa se sahaaminen joskus yheksän paikkeilla.”

Työssäkäyvillä rakentajilla on rajatut mahdollisuudet toiminnalle, mutta huomaisimme, että kaikilla haastateltavillamme oli sellainen elämäntilanne, joka mahdollisti ajan käyttämisen rakentamiseen kuten omaishoitajuus, eläke, työ kotona ja äitiysloma.

Kehityksellinen rakenne

Toiminnan muoto tarjoaa haasteen henkilön kehitykselliselle rakenteelle. Tämä haaste voi liittyä esimerkiksi uusien materiaalien käsittelyyn tai hahmottamiseen.

”Joutuu treenaamaan sitä, et mihin suuntaan mikäkin kääntyy. Nyt mä sentään jotenkin hahmotan miten päin niinku saranat laitetaan.”

Työstettäessä käsillä pientä, täytyy tekijällä olla haastateltavien mukaan muun muassa sorminäppäryyttä, pitkäjänteisyyttä ja itseluottamusta. Toiminta voi olla myös hermoja raastavaa.

”Se vaatii sellasta rauhallista kärsivällistä otetta.”

Aikaisemmista kokemuksista kehittyy taitoja, joita ihminen toiminnassaan hyödyntää. Haastateltavat vertaavat omaa koulutustaan ja työtään rakentamisessa tarvittaviin taitoihin ja toteavat etteivät ne vastaa toisiaan. Yhteistä kaikille on kiinnostus erilaisiin kädentaitoihin.

"Eikä tosiaan tarvii olla kultaseppä voidakseen ruveta tekemään." Joku uskoo, että *"se syntyy keltä vaan, että ei siihen nyt tarvitse kovin kummosia taitoja olla"*, yksi taas toteaa ettei toiminta välttämättä onnistu lapsilta.

"En oo tosiaan harjoitellu yhtään mitään enkä tuntenu työkaluja enkä mitään, mutta tekemällä oppii monia uusia taitoja."

Jos rakentamisessa on ollut pidempi tauko, taidot hiipuvat ja kynnys aloittamiseen vaatii uskallusta. Oma vaatimustaso oman onnistumisen suhteen voi olla korkealla tai suhtautuminen voi olla utelias.

"...kokeilla et miten mie osaisin tuon."

"Nyt tehään vaa sillee ku osataa."

"Huamaa, kun on ollu semmonen nukkekoti-innostusvaihe, et on paljo rakentanu ni sillonha ne työt on aina parantunu koko aika."

Merkitys

Merkitys on aineistosta löydettävissä, mutta hahmotuksellinen, symbolinen ja tunne-merkitys nivoutuvat hyvin tiiviisti toisiinsa.

Nukkekoteja on kuvattu pienoismaailmaksi ja yksi rakentamisessa viehätystä herättävä tekijä onkin juuri koko. Yksi haastateltavista kertoo rakentaneensa myös huonekaluja:

"Niin ei ne sillä tavalla tuota anna sitä tyydytystä kuin tämmösen pienen näpertely".

Monet ovat tunteneet viehätystä nukkekoteihin jo lapsena: *"Mää oon piänenä jo tykännyt pienistä asioista, siis pienistä esineistä."*

Hahmotuksellinen merkitys on toiminnan fyysisten elementtien etsimistä ja huomioimista. Nukkekodin rakentajat kertovatkin paljon siitä, miten idea rakentamiseen syntyy, mutta eivät kuvaile miltä materiaalit, värit ja tekeminen tuntuvat tai minkälaisia ajatuksia ne herättävät tehdessä. Toisaalta materiaalien hankinta on yksi kiehtova ja olennainen osa nukkekodin rakentamista.

Se, miten ymmärrämme maailmaa ympärillämme, on symbolista merkitystä.

"Se on niin ku omal tavallaan täydellistä...noissa taloissa ei vuoda putket, eikä oo ve-roja eikä avioeroja eikä mitään muutakaan."

Nukkekodissa symbolinen merkitys voi näyttäytyä monella tapaa.

"Jotenki jännää et saa tehä just semmosen ku haluaa, ku omas kodis yleensä ni sane-lee muutki perheenjäsenet et miten asioita laitetaan."

Todellisuuden ja leikin maailman kietoutuminen yhteen tulee näkyväksi nukkekotirakentamisessa.

”Kiehto se, että se ei oookkaan se lapsen vaan se onki aikuisen”.

Haastatteluista kumpuaa myös itse tehdyn kokeminen arvokkaaksi.

”Näkee jotain valmista, mitä käsillä saa aikaseks.”

”Mun on vaikee kuvitella et ostais valmiina kaiken ja sitten vaan kasais ne.”

Nukkekodin rakentaminen nähdään harrastuksena ja harrastaminen koetaan oleellisenä osana elämää.

”Se on hirveen tärkeä, koska miul ei oo muuta mahdollisuutta harrastaa mitään.”

Nukkekodin rakentaminen herättää tekijässään monenlaisia tunteita. Rakentamisella koetaan olevan rauhoittava ja eheyttävä vaikutus.

”Kyl se semmost hermolepoo on ku saa rakentaa ja laittaa, siin mieles tää on just sitä mitä mie tarviin”

”Vaik se on toisaalta kivaa, ni on siihen tosiaankin harmistustakin purettu.”

Haastateltavat kokevat rakentamisen sekä palkitsevana ja nautintoa luovana että vaikeana ja haastavana toimintana, joka voi nostattaa myös negatiivisena pidettyjä tunteita.

”Tyytyväisyyttä, ihanaa onnistumista..”

”Et ainakin siitä tulee ilo..”

”Välillä se on raivostuttavaa”

”Jos se menee päleen, ni sit ottaa päähä, varsinkin jos on jotain semmosia materiaaleja mitkä kuitenkin maksaa tai et niit ei voi korvata enää.”

Nukkekodin rakentamiseen liittyy tunne omasta itsestä tekijänä.

”Kai sitä on sit jonkunlainen taiteilijasielu.”

”Sellanen on niinku tavallaan osa itseä.”

Toiset haastateltavista kokivat merkitykselliseksi sen, että perheenjäsenet ovat tukena tai mukana toiminnassa.

Tarkoitus

Analysoidessamme ja luokitellessamme vastauksia toiminnan tarkoituksia nousi aineistosta hyvin paljon. Nukkekodin rakentamisella on monenlaisia tarkoituksia ja toimintaan liittyy paljon tavoitteita.

Nukkekodin tekijän tarkoituksena voi olla toteuttaa lapsen tai lapsenlapsen toive nukkekodista tai rakentaa nukkekoti itselleen.

”Semmonen, joka ei ois tarkotettukaan leikittäväks eikä tarvis miettii et kestäaks se.”

Joskus toiminnan tarkoituksena on perinteen jatkaminen omassa perheessä.

” Tyttö synty, ni rupesin miettimään et jos se haluisi leikkiä samalla talol mil mie olin leikkiny pienenä.”

Nukkekodin rakentaminen voidaan nähdä myös siitä näkökulmasta, että aikuinen rakentaa ja lapsi leikkii.

” En mä leiki, mä vaan rakennan sen valmiiks.”

Toiminnan tavoite voi näyttäytyä tässä ja nyt eikä tekeminen ole välttämättä aina kovin suunnitelmallista. *”Se on se idea ja sit siit lähtee kaikki.”*

Kaikkia ideoita ei kuitenkaan aina pysty hyödyntämään heti vaan ne jäävät odottamaan parempaa tilannetta.

” Mul on moneen seuraavaan taloonki jo ideat valmiina ja jonku verran tavaroita”

Rakentamiselle ei aina ole myöskään varattavissa tarpeeksi aikaa.

”Se on vielä nopeeta ku sen tekee, mut se että kun miettii, että miten sen tekee ja mistä sen tekee ja mitä tekee, ni siihen menee aikaa”

Pitkän aikavälin tavoitteina nukkekodin rakentamisessa näyttäytyy omien unelmien toteuttaminen: *” Se on myös antanu sen mahdollisuuden toteuttaa niitä haaveita, mitä ei voi oikeassa elämässä toteuttaa ollenkaan niin isossa mittakaavassa.”*

Yleensä tavoitteena on saada aikaan jotain mahdollisimman onnistunutta, täydellistä ja aitoa. Tavoite voi alkaa pienestä, mutta rakentamisen myötä tavoitteet kasvavat.

”Sais siihen jotain sellaista näyttävyyttä”

”Sellaiseen pääseminen, et vois todellaki tehdä mitä niin ku ite haluaa.”

Kun vaatimustaso kasvaa, pyrkimys on yhä täydellisempään ja taidokkaampaan tekemiseen.

”Oppis niitä sähköjä laittaa”

” On tietysti kiva, niin näkee mitä on niinku muussa elämässä tehny tai oppinu, ni sitä voi hyödyntää sitte tossa pienoiskoossa.”

Tavoitteena voi olla halu vaikuttaa ympäristöönsä tuottaen iloa muille.

”Mä haluaisin, et jokainen mun tekemä työ olis sellanen, et että ihmisille tulis edes hymy huulille, kun ne kattoo sitä.”

Tavoitteet palautteen suhteen ovat erilaisia, kun tarkoituksena on messuilla käyminen, toisten ihmisten parissa rakentaminen tai yksin tapahtuva omassa kodissa rakentaminen.

”Mulla ois haaveena, et saisin semmosen gallerian, sais noi kaikki esille ja sais muidenki töitä sinne.”

Nukkekodin rakentamisella on myös sisäisiä tarkoituksia.

”On voinu monenlaisia asioita purkaa siihen.”

Joskus sisäiset tarkoitukset ovat henkilöä eteenpäin vieviä.

”Voi elää monenlaista elämää.”



Toiminnan suoritus

Nukkekodin rakentaminen alkaa peitetystä toiminnasta jatkuen avoimeen toimintaan jota muut voivat havainnoida. Suunnittelu, ideointi, ideoiden kypsyttely sekä haaveilu tulevat näkyväksi vasta avoimen toiminnan aikana jolloin rakentaja toteuttaa eri työvaiheita.

”Ideoita tulee paljon, itse asias ne on vaa päässä”

”Mie sitte vaa rupesin sitä niinku saneeraamaan. Siinä nyt liimailtiin, maalasinkin ulkoo, liimailtiin lattiaa, tapiseerattiin seiniä ja sellasta.”

Kunnostaminen ja saneeraaminen ovat rakentamisen lisäksi käytettyjä termejä kuvaamaan toimintaa.

Peitetty ja avoin toiminta kohtaavat toiminnan suorituksessa muokaten sitä.

”Mitenkä mie nyt tuon kohan sahaan tuosta ja poraan tuohon tollasen reijän ja kolon.”

”Tein aivan toisenlaiseks minkä ensimmäiseks suunnitelin”

Toiminnan suoritus voi olla myös muiden neuvomista ja ohjaamista.

”Me taitelijoina sit pidettiin semmonen paja, et me opetettiin joillekin esineit.”

7.3 Riikunat (Vapaa-aika)

Intensiteetti

Nukkekodin rakentaminen on toimintaa joka vie paljon aikaa sisältäen suunnittelemisen ja materiaalien hankinnan. Materiaalihankintoihin lähdetään nykyisin yhä useammin ulkomaille, jolloin toiminta liitetään lomaan ja nautintoon vapaa-ajalla.

Rakentajat tiedostavat mikä ero on suunnittelemisella ja konkreettisella toteutamisella. Visiointi koetaan kiehtovana mutta toiminta huipentuu toteutukseen.

”Nyt pitäis päästä ite työn touhuun.”

Välissä saattaa olla pitkiäkin aikoja ja yksi haastateltavista pohti että *”se on aina semmonen uudelleen aloittamisen vaikeus.”* Toisen mielestä *”Koko ajan pitää olla jotain käsitoita tehtävänä.”* Silloin aikaa myös järjestää toiminnalle: *”Aina ku on vaan vähän mahdollista, vähä valvoo illasta myöhempään ja vähä herätä aikaisemmin aamusta.”*

Nukkekodin rakentaminen koetaan kokonaisuudessaan toiminnaksi jossa *tilapäinenkin* vapaa-aika voidaan hyödyntää. *”Eikä tarvinnu miettiä, et mulle ei oo mitään tekemistä.”* Jälkeenpäin katsottuna huomaa miten paljon onkin saanut aikaan. Kaikkia tehtyjä työvaiheita ei valmiissa talossa näe.

Seurallisuus

Olemme jo aikaisemmin todenneet että nukkekodin rakentaminen on merkittävää toimintaa juuri siksi että *”Sitä voi tehdä kotona eikä tarvitse lähteä mihinkään kodin ulkopuolelle.”* Nukkekodin rakentamista voi toteuttaa aivan omissa oloissaan.

Kaikilla haastateltavistamme oli kuitenkin lisäksi kontakti muihin rakentajiin. Yksi kaipasi aikuiskontakteja ja onkin saanut uusia ystäviä. Samanhengen ystävän kanssa voi kierrellä markkinoita ja myyjäisiä sekä osallistua keskusteluun internetissä. Yksi haas-

tateltavistamme rakensi eläkeläisten kerhossa ja toinen kertoo itsekin ihmetelleensä osallistumistaan kurssille.

” Enkä mä kyllä kauheesti tykkää tehdä silleen muitten läsnäollessa, koska sit kaikki kattoo. Mä yritän tehdä kauheen paljo kotona ja vaan ne välttämättömät jutut siällä kursilla.”

Yksi rakentajista rakentaa ammattimaisesti, hän on opettanut kursseilla sekä käy messuilla myymässä sikarilaatikoihin tehtyjä näkymiä.

Spontaanisuus

Nukkekodin rakentaminen koetaan urakaluonteiseksi.

”Mä tein sitä isoo taloo sillon varmaan sellasen ehkä viitisen vuotta ja sitte se jäi välillä. Sit se on kyl välillä on ollu kans monta vuotta nii et mä en oo tehny ollenkaa.”

Joskus toiminnalle on oma aikansa ja paikkansa, jolloin rakentaminen on säännöllistä. Toisaalta tavoiteltavaa on se, että voisi ryhtyä toimintaan juuri silloin kun impulssi tulee. Edellytyksenä impulssin toteuttamiselle on valmiit puitteet välineineen ja jonkinlainen suunnitelma. Haastateltavat kuvaavat kaikki tekemisen innon menevän laadukkaan lopputuloksen edelle.

Alkuun pääseminen vaatii suunnittelua ja kokeiluja. Joku on aloittanut rakentamisen vaatimattomasti appelsiinilaatikkoon, toinen tehnyt innostuneena kirjoituslupaan.

”Kyllä mulla on aina kaikenlaisii ideoita ollu ja oon vähä niinku rakennellukki niitä, kaikenlaisia piäniä yksityiskohtia kotiinki.”

Kun rakentamisella on ihan tietty tarkoitus kuten nukkekodin rakentaminen lahjaksi tai myyntiin, toimintaan on ryhdyttävä.

”Sit ku on deadline lähestymässä, että pitäis saada tehtyä valmiiks, ni, ni sitte on niinku tehtävä kans.”

Paikallisuus

Konkreettinen toteuttaminen tapahtuu kotona tai kurssilla, kun taas ideoiden ja materiaalien hankinta painottuu usein kodin ulkopuolelle. Materiaaleja ja ideoita metsästetään näyttelyistä, messuilta, matkoilta sekä internetsivuilta ja kirjastosta.

Nykyään nukkekodin rakentajilla on yhä useammin mahdollisuus tuoda oma talo muiden nähtäväksi. Internetsivuilla on jo paljon kuvia mutta myös näyttelyjä järjestetään.

” tää on semmonen harrastus et kukaa ei piilottele omii taitoja, vaan annetaa ideat käyttöö.”

Syventyneisyys

Koska vapaa-ajan elementti "syventyneisyys" on mielestämme yhtenevä flow-osatekijän "yhtä ympäristönsä kanssa" tarkastelemme sitä seuraavan kappaleen viimeisessä osassa.

7.4 Viikunat (Flow)

Vaikka emme kysyneet suoraan haastateltavilta flow:n osatekijöitä, oli kaikista vastauksista poimittavissa runsaastikin flow-kokemuksen elementtejä. Kaikilta ei kuitenkaan saatu kommenttia kaikkiin seitsemään osatekijään mutta yksi haastateltavistamme mainitsi että *"Et enemmän mulla on se, että pääsen niinku ideoimaan jotain unelmaa, ni se on se flow."*

Haaste

Tarkka tasapaino toiminnan haasteellisuuden ja yksilön taitojen välillä on flown olennaisin piirre. Toiminnan täytyy olla yksilölle riittävän haastava, jolloin hän joutuu käyttämään kaiken taitonsa. Kaikki kuvasivat toiminnan haasteellisuutta omalla kohdallaan:

"Siinä on sellanen paine siitä että tietää minkälaisen haluais ja siten siitä ei niinku omat taidot riitä ihan siihen juttuun."

"Koko aika menee siinä rajalla et osaako tehdä vaiko eikö osaa."

"Se on nii helppo ku sen piirtää paperille. Ei se sit välttämättä oookkaan niin helppoo."

"Kyl se hyvin haasteellinen homma oli. Kyl mie nyt siitä sit loppujen lopuksi jotenkuten selvisin."

Koska toimintaan on sijoitettava psyykkistä energiaa *"tiettyinä päivinä ei pidä mennä säheltään nukkekotiin olenkaan. Vaatii tasaisen hormonitasapainon, jotta se onnistuu."*

Tehtävä voi olla haasteellinen jo siksi että aikaisemmin ei ole vastaavaa tehnyt ja silloin toiminta vaatii runsaasti miettimistä ja sovittelemista. Haasteellisuutta on mahdollista muokata. Eräs tapa on ostaa yksi mallikappale ja rakentaa sen mukaan.

Keskittyminen

Keskityessään ihmisen tarkkavuus on suuntautunut toimintaan. Jotta keskittyminen olisi mahdollista, täytyy olosuhteiden olla suotuisat. Mitä autoteellisempi persoona on, sitä helpommin hän löytää yhteyden ympäristön vaatimusten ja oman toimintakyvyn välillä. Useimmat haastateltavat sanoivat tarvitsevänsä aikaa ja rauhallisen tilanteen jotta keskittyminen mahdollistuisi.

"Että täytyy olla jotenki semmost tyhjää aikaa tarpeeks, et ihan työpäivän jälkeen se ei onnistu."

Kaikki kokevat muiden läsnäolon vaikeuttavan intensiivistä keskittymistä. Ympäristön häiritteijät olivat toiminnan alussa läsnä, mutta toiminnan jatkuessa ympäristö ja muut ihmiset unohtuivat.

” Kyllä se vei mennessään.”

” Aina ei muista miettii onks olosuhteet täydelliset siihen.”

Tavoite

Tavoitteita nukkekotirakentajilla on paljon. Lyhyen ja pitkän aikavälin tavoitteet liittyvät nukkekodin rakentamisen alkuvaiheisiin ja vastauksista ilmenee hyvin se, millä tavalla toiminta ja tavoitteet ovat muuttuneet ajan myötä.

” Se niinku kasvaa se projekti siinä tehdessä.”

Alkuun tavoite voi olla lapselle tai lapsenlapselle rakennettava nukkekoti, josta aikaa myöten tulee yhä enemmän aikuisen omien haaveiden toteuttamispaikka. Haastateltavamme kertovat näin:

”Tyttö synty ni mie rupesin miettimään et jos se haluis leikkiä samalla talol mil mie olin leikkiny pienenä. Nukkekoti kaivettiin esiin ja sitä piti rueta entisöimään. Rakentamiseen tuli paussi ja sit mie tajusin et mie voin tehdä sitä iha itteeni varten, oman mielen-terveyden takia. Se on oikeestaa sitä aikuisten leikkiä; vaihettaa sitä huonejärjestystä ja mattoo ja muuta tekstiiliä. Se on niinku oikeessaki talossa, se tulee valmiiks ni pitää alkaa remontoimaa jo alusta. Tehä muutoksia, muoti muuttuu. Edellisest jutus ku saa valmiiks, ni aina syntyy joku uus idea.”

” Mä luin tämmösist oikeen upeist nukketaloist ja sit mä aattelin, että vois rakentaa semmosen nukketalon. Ajattelin et sille mun työlle rakentais ja ois toisaalt ihana rakentaa ittellet. Semmonen, joka ei ois tarkoitettukkaa leikittäväks eikä tarvis miettii että kestääks se. Sais tehdä oikeen hienon. Tavoitteena oli et talo on valmis kolmen-neljän vuoden kuluttua, mutta sillo onneks mä en tiennyt et se on nyt sit viel kahenkymmenen vuodenki jälkeenki keskeneräinen joiltain osin.”

Appelsiini-laatikostahan mie tein silloin sen. Ehkä se nyt kuitenkin minulla oli, et minkälainen se piti olla. Silloin ei ollu välineitä eikä työllekään vaatimuksia, se oli se laatikko. Mie sitte vaa rupesin sitä niinku saneeraamaan.

Ja myöhemmin syntyi nukkekoti lapsenlapselle tilaustyönä, jolloin tytär antoi vaa ympärysmittat ja ulkomittat ja montako huonetta siinä pitää olla ja näillä eväillähän mie sitte rupesin sitä rakentamaan. Lähtökohta oli että sen voi kasata sitten täällä paikan päällä, rakennan sen sellasista paloista että se on helppo koota. Kyl se, miettimistä vaati, kun ei ollu mitää piirustuksia. Piti miettiä aivan aivan alusta lähtien, että saisi siihen jotain

sellasta näyttävyyttä. Sitä teki aina vähän kerrallaan ja siinä tuli niitä ideoita, siinä rakentaessakin tuli uusia sellasia juttuja. ”

Tai sitten vaan ” Talokuume iski. Se alko niinku polttaa ihan kauheesti. Otin selvää, mistä saa niitä julkisivullisia nukkekoteja. Piti mennä ostamaa ässäarpaki siinä toivossa että saisi sen talon. Mä aattelin et mä rakennan vaa äkkii sen talon. Sit se on niinku semmonen koriste ja valmis. Ei se sit ihan mennykkää niin.”

Yhtenä syynä nukkekodin rakentamiseen mainitaan hahmottamisen parantaminen.
”Sitä voi samalla kuntouttaa itseään sillä tavalla että rakentaa.”

Palaute

Flow edellyttää että palaute muilta on suhteessa siihen mitä henkilö itse odottaa saavansa. Ihmisillä on tarve saada itseään miellyttävää palautetta muilta.

” Kukapa aattelee et ei ois kivaa et sanottais et oot taitava toteuttaja.”

Nukkekotirakentajat ovat voineet tuntea pelkoa siitä että eivät tule ymmärretyksi.

” kerroppa mitä mieltä olisit ollu minusta jos mä oisin sanonu , et mä rakennan nukke-taloja?”

” Sen tietää et eihän muut kato sitä samalla tavalla.”

Samanhenkisten kanssa voidaan vertailla ja käydä nukkekotihenkisiä keskusteluja.

”Jos mä oikeen kiivaasti haluaisin palautetta, niin sitten mä veisin näyttelyyn johonkin.”

Yleensä palaute on aina ollut positiivista kehumista, ihmettelyä ja neuvojen antamista. Suurin mielihyvä rakentajille on se että itse voi olla tyytyväinen.

”Kyl se minuu tyydytti se lopputulos, et mie pystyin tekemään sen mitä mie suunnittelin.”

Intensiivisyys

Rakentaminen voi kokemuksena olla niin intensiivinen että arkipäivän huolet menettävät merkitystään. Tämä toiminta koetaan hermolevoksi osittain siksi että rakentaessa ei tarvitse miettiä mitään muuta ja osittain siksi että toiminta sinällään auttaa purkamaan stressiä ja harmistusta.

”Ku voi taas jatkaa tätä rakentamista ni voi keskittyä tähän ja unohtaa kaikki inhottavat asiat.”

“ Ei oo tarvinnu ottaa tota viinaryyppyä eikä muuta ku on taas menny rakentamaan ku on ottanu aivoon.”

Se että aivot saavat töitä ja henkilö kokee hoivaavansa toiminnalla omaa mielen-
veyttään, koetaan terapeutisena ja toiminnan seurauksena voi kokea iloa. Yksi haas-
tateltavista kertoo elämäntilanteensa olleen hauras ja ” *Sillon alko mennä siihen et ei
niinku tääkää enää kiinnostanu.*” Toinen sanoi että ” *Jos mä rakentaisin sen, ni sit mul
ois ees joku tarkoitus elämällä.*”

Kontrolli ja myönteinen jännitys

Flown maailmassa täydellisyys on saavutettavissa ja ” *voi ajoittain päästä semmoseen
et nyt tää sujuu.*”

Suunnittelu ja materiaalin työstäminen juuri silloin kun haluaa, juuri siten kun on ajatel-
lut, lisää toiminnan myönteistä jännitystä. Oma tekeminen koetaan tärkeäksi ja omaa
tahtoa voi toteuttaa toiminnan avulla.

Yhtä ympäristönsä kanssa

Silloin kun on aikaa ja rakentamiselle rauhallinen paikka, on helpompi päästä tilantee-
seen jossa ympärillä olevat asiat eivät häiritse ja ihmisellä on mahdollisuus syventyä
toimintaan. Täysin syventyneenä toiminnassa voi tuntea täydellistä harmoniaa itsen ja
ympäristön välillä.

Yksi haastateltavistamme rakensi nukkekotia muiden ihmisten läsnäollessa pajalla jos-
sa oli ”*kaikenlaista melua ja pölyä ja kaikenlaista hyrinää ja räiskettä ja roisketta, sit ku
keskitty ei sitä sitte huomannu ympäristöö enää.*” Rakentaminen jatkui ja jälkeenpäin
katsellessaan omaa aikaansaannostaan hän ajatteli että ” *Vähän aikaa katteli et ai
noinhan mie sen teinki.*”

Syvän flow-kokemuksen jälkeen henkilön käsitys itsestään on voimistunut

”*En niihi aikoihi tehny oikeestaan mitään käsitöitä, ni must tuntu että mä en oo niinku
se ihminen jonka mä oon tuntenu aikasemmin*” ”*Tää tää on sitä minua.*”



8 LEPÄÄ HETKI MAKUUHUONEESSA (Yhteenveto)

Lajitellessamme vastauksia ongelmia aiheutti se, että samaa vastausta olisi voinut käyttää useampaan analyysiluokkaan. Pyrimme löytämään lauseisiin tai ajatuskokonaisuuksiin niitä parhaiten vastaavat kategoriat. Leikkaamiimme lauseita jäi lajittelun jälkeen jonkun verran yli ja näistä ilmaisuista nousi keskeisenä yksi teema, joka ei sisällynyt kysymyksiimme. Tämä teema oli Nelsonin toiminnan analyysiin kuuluvat toiminnan dynamiikan osa-alueet toiminnan vaikutus ja muutos eli se, miten toiminta vaikuttaa saaden aikaan muutoksia henkilön kehityksessä. Haastattelukysymyksiä muotoillessamme emme käyttäneet Nelsonin toiminnan analyysin käsitteitä kokonaisuudessaan, mutta saadut vastaukset osoittavat, että toiminnan dynamiikka on olennainen osa toimintaa, myös nukkekodin rakentamisessa.

8.1 Puutarhan satoa sulatellessa (Tulokset)

Nukkekodin rakentamisessa toiminnan mielenkiintoa ylläpitävänä tekijänä voidaan pitää uusien taitojen ja asioiden oppimista. Rakentaessa täytyy opetella uusia tekniikoita ja erilaisten materiaalien hallintaa ja sen myötä tekijä tutustuu uusiin aloihin. Historiasta ja tyyli suunnista on otettava selvää ja ne alkavat kiehtoa yhä enemmän, yleissivistyksen samalla lisääntyessä. Tällöin nukkekodin rakentaminen saattaa johdattaa ihmisen jonkin aivan tuntemattoman kiinnostuksen äärelle. Yksi haastateltavista kertoi Englanti-innostuksen heräämisestä nukkekodin rakentamisen seurauksena.

Nukkekodin rakentamista voidaan sanoa autoteeliseksi toiminnaksi rakentajien kokemuksen toiminnan kiinnostavuuden vuoksi. Nukkekodin rakentamiseen kuuluu ongelmanratkaisua, jota yksilö voi säädellä sen mukaan miten hän itse kokee haluavansa. Rakentaminen on kaksivaiheinen tapahtuma. Mielikuvien tasolla siihen liittyy materiaalien sekä työvaiheiden suunnittelua, josta osa on kiehtovaa visiointia eri tyylien ja sisutuselementtien suhteen. Konkreettinen rakentaminen on toinen vaihe. Silloin henkilökohtaiset taidot tulevat esiin ja toimintaa voi porrastaa omien halujen ja mahdollisuuksien mukaan.

Materiaaleja etsittäessä henkilön ”silmä” ja ajatusmaailma kehittyvät ja ihminen saa nautintoa siitä, että hän kokee olevansa luova ja keksivä yksilö. Toimintaan liittyy paljon hiljaista tietoa. Ideoita jaetaan muiden kesken ja ideoiden sekä materiaalien hankkimisesta voi kehittää itselleen taidon. Katsopa itse ensi kerralla esimerkiksi syödessäsi miltä ruokasi voisi näyttää 1:12 kokoisena, miten ja mistä sen tekisit, jotta se näyttäisi mahdollisimman aidolta ja hyvältä.

Joskus nukkekodin rakentaja huomaa vaikuttavansa myös läheisiinsä saaden heiltä lisääntyvää ymmärrystä ja tukea. Jos läheiset osallistuvat toimintaan, se koetaan tärkeäksi hyväksynnän merkiksi. Kulttuurissamme yleisen asenteen ajatellaan olevan nukkekodin rakentamista jonkin verran väheksyvä. Tämä kertoo toimintaan liittyvistä stereotyyppisistä käsityksistä ja siitä että rakentaminen nähdään amatöörimäisenä, ei vakavasti otettavana toimintana. Asenteet varmasti muuttuvat, kun nukkekodin rakentaminen vapaa-ajan toimintana kasvaa ja saa tiedotusvälineissäkin yhä enemmän julkisuutta.

Toiminta ei tarvitse ylellisiä puitteita vaan tärkeimpinä tekijöinä ovat rauhallisuus ja aika. Ajan myötä rakentamisen puitteet kuitenkin muuttuvat aina paremmiksi. Rakentajat tavoittelevat mahdollisuutta ryhtyä toimintaan silloin kun tuntevat siihen tarvetta. Tämä edellyttää usein tilan muokkaamista kotona siten, että toiminnalle on aina paikka valmiina. Haastateltavat kokivat, että nukkekotia on parempi rakentaa yksin, mutta toisia saman kiinnostuksen kohteen jakajia on yhä enemmän ja heihin kontaktin saaminen on mahdollista.

Toiminnan tarkoitukset vaihtelevat sen mukaan, rakennetaanko nukkekotia itselle vai toiselle, mutta myös sen suhteen onko idea rakentamisesta lähtöisin omasta mielenkiinnosta vai onko se toisen ihmisen toive. Tarkoituksista huolimatta toiminnan merkitykset voivat olla samansuuntaisia.

Haastateltavat kuvasivat toimintaa terapeutiksi ja tarkoittivat sillä sitä, että rakentamisella voi purkaa stressiä ja saada muuta ajattelemisen aihetta. Toiminta koettiin iloa tuottavaksi ja hauskaksi. Pohdinnassa käsittelemme vielä erikseen nukkekodin rakentamisen terapeutisuutta.

8.2 Joutilaisuus on luovuuden ydin (Johtopäätökset)

Koska merkitykset, tarkoitukset ja kokemukset ovat yksilöllisiä ja tutkimusjoukkomme oli pieni, siitä, minkälaisia merkityksiä rakentamisella oli haastateltavillemme, ei voi tehdä yleistyksiä. Mielestämme olemme kuitenkin löytäneet tutkimusaineistomme ja siihen liittyvän teorian avulla keskeisiä nukkekodin rakentamista yhdistäviä asioita ja piirteitä. Syventyessämme aiheeseemme meille alkoi piirtyä mielikuva siitä miksi nukkekodin rakentaminen voi olla niin kiehtovaa toimintaa. Tähän johtaisi kaksi ajatusta, joihin perehtyminen olisi aiheena kokonaan uudelle työlle, mutta haluamme nyt lyhyesti tuoda esiin omat päätelmämme.

Olemme jo aiemmin todenneet, että ihmiset sitoutuvat toimintaan rakkaudesta tai nautinnon vuoksi. Rakkaus voidaan nähdä asenteena ja sitä voidaan määritellä hyvin moninaisesti. Ajattelimme mielellämme, että nukkekodin rakentaminen on toimintaa johon sisältyy sellaista ihanteellisuutta omaa elämää ja ympäristöä kohtaan, joka saa aikaan intohimoisen harrastuneisuuden. Näin ollen rakkauden merkityksen kautta ihminen välittäisi myönteistä maailmankuvaa nukkekodin rakentamisella?

Nukkekodin rakentamiseen sisältyy monentasoisia haasteita, joista yksi on erilaisiin mittasuhteisiin liittyvän symbolisen järjestelmän ymmärtäminen. Se voidaan käsittää pelinä, joka tarjoaa erillisen todellisuuden ja johon tekijä voi itse rakentaa haluamansa normit ja säännöt. Toiminta tarjoaa mielekkään tavan ratkaista ongelmia omien ajatusten ja ideoiden pohjalta. Tuloksena siitä on oivaltamisen ilo sekä esteettisen nautinnon kokeminen.

Luimme ja käsitelimme haastatteluja niin moneen kertaan, että itsellemme kyllä syntyi käsitys siitä, minkälaista toimintaa nukkekodin rakentaminen vapaa-ajan toimintana tekijälleen on. Sinä voit vieraanamme vastata siihen, välittyikö se sinulle. Nyt menemme vielä takkatulen ääreen nauttimaan lämmöstä ja toistemme seurasta.

9 TAKKATULEN LÄMMÖSSÄ (Pohdinta)

9.1 Takkatuli ritisee mukavasti (Nukkekodin rakentamisen terapeuttisuus)

Opinnäytetyömme ideavaiheessa alkuperäinen ajatuksemme oli etsiä ja tarkastella nukkekodin rakentamisen terapeuttisia elementtejä. Vaikka tämä muodostui liian laajaksi aiheeksi, jäimme kuitenkin miettimään mitä terapeuttisuudella tarkoitetaan. Mielestämme itse toteutettu, ihmiselle tärkeä saavutus, joka saa aikaan muutosta tai kehitystä on terapeuttista toimintaa. Toiminta sinällään hoivaa, koska toiminnan avulla henkilö luo merkityksiä elämäänsä. Luova ajattelu sekä luova toiminta ovat olennainen ja merkittävä osa ihmisen kokemusta ja tuntiessaan olevansa luova, ihminen voi tuntea syvää tyytyväisyyttä.

Vapaa-ajan toiminnoilla on tärkeä merkitys silloin, kun henkilön täytyy selvitä vakavista elämän kriiseistä. Tämä nousi esiin myös haastatteluissa. Itselle merkityksellisessä toiminnassa ja flow-kokemuksen aikana ihminen on uppoutuneena toimintaan niin, että hän unohtaa ikävät asiat elämässä ja tuntee hallitsevansa tilannetta. Tämä tunne järjestää tietoisuutta ja sen myötä voi löytyä ratkaisuja vaikeisiin tilanteisiin.

Koska olemme kiinnostuneita pohtimaan nukkekodin rakentamista myös toimintaterapiassa käytettävänä toimintana, lähetimme Toinet-sähköpostilistalle kysymyksen, jonka tarkoituksena oli selvittää, ovatko toimintaterapeutit käyttäneet työssään toiminnan muotona nukkekodin rakentamista (LIITE 3). Kolme toimintaterapeuttia vastasi käyttäneensä rakentamista toimintaterapiassa ja yksi terapeutti harkinneensa sen käyttämistä työssään. Tätä toiminnan muotoa oli käytetty sekä ryhmän toimintana että yksilöterapiassa ja niin lasten, aikuisten kuin ikääntyneidenkin kanssa.

Kaksi toimintaterapeuttia kertoi, että nukkekodin rakentaminen oli valittu toiminnaksi miehille, joille oli vaikea löytää mielekkäitä ja ryhmään sitoutumista edistäviä toimintoja. Rakennetut talot olivat olleet erilaisia pohjalaistalosta pahvilaatikkoon rakennettuun taloon ja niiden tarkoitukset myös erilaisia riippuen siitä, oliko kyseessä ollut ryhmän toiminta vai yksilön itselleen rakentama kokonaisuus.

Toimintaterapeuttien mielestä nukkekodin rakentaminen on erittäin toimiva ja hyvä menetelmä ja se sisältää paljon terapeuttisia tekijöitä. Se myös mahdollistaa asiakkaan osallistumisen omilla ehdoillaan ja kykyjensä rajoissa. Eräs toimintaterapeutti on kohdannut nuoria, jotka ovat itse todenneet, etteivät ole koskaan saaneet tehdä nukkekodin kalusteita. Tämä herättää ajatuksia siitä, minkälaisena ja miten varteenotettavana toimintana nukkekodin rakentamista pidetään toimintaterapiassa. Onko se toiminnan

muoto, jota toimintaterapeutti ei käytä tai edes harkitse? Osataanko nukkekodin rakentaminen ottaa huomioon toimintana, jota voidaan toteuttaa eri tavoin?

Rakentaminen nähdään terapiaprosessina, koska siinä saa toteuttaa omaa tahtoa muun muassa sisustamalla haluamallaan tavalla. Toimintaterapeuttien kuvaamissa ryhmissä tapahtuva nukkekodin rakentaminen oli projektinomaista. Nukkekodit lahjoitettiin lastenkotiin, sairaalaan ja terveyskeskukseen ja niiden luovuttamiseen liittyi tilanteen juhlistaminen. Eräs nukkekoti pääsi paikallisuutisiin, toisesta tehtiin lehtijuttu ja kolmannenkin luovuttamista juhliittiin tarjoilujen kera. Se, että voi tehdä jotain jollekulle toiselle, motivoi toimintaan.

Nukkekodin rakentamiseen ryhmässä liittyivät oleellisesti ryhmäläisten erilaiset roolit, jotka antoivat jokaiselle tunteen omasta tarpeellisuudesta toiminnassa. Erilaiset työtehtävät jakautuivat ryhmäläisten kesken. Tämä vahvisti ryhmäläisten pätevyyden tunnetta, toiminnallista identiteettiä ja ryhmäytymistä. Yhdessä ryhmässä osallistujat kutsuivatkin toisiaan muurareiksi, maalareiksi ja kirvesmiehiksi.

Nukkekodin rakentamisessa näkyvänä positiivisena vaikutuksena voidaan nähdä se, että ryhmäläiset pystyivät olemaan tyytyväisiä siihen mitä olivat tehneet. Toiminnan aikana oli helpompaa puhua ääneen omasta toiminnallisesta elämäнкаaresta. Rakentamiseen toimintana liittyi myös huumori ja vastuuntunto.

Mielestämme nukkekodin rakentaminen avaa monia väyliä käyttää sitä toiminnan muotona toimintaterapiassa. Nukkekotiin voi heijastaa omia haaveita, jolloin sitä voi käyttää konkreettisena omien toiveiden tai tulevaisuuden hahmottamisen paikkana (Puolakka 1997: 33). Sen kautta voi myös tehdä itselleen näkyväksi omaa nykyistä elämäntilannetta tai hahmotella omiin ympäristöihin liittyviä asioita.

9.2 Malja kuluneen päivän kunniaksi (Jäähyväiset)

Rakentaessamme molemmat tahoillamme nukkekoteja ja ollessamme yhteisellä ostosmatkalla nukkekotikaupassa, meille heräsi ajatus opinnäytetyömme aiheesta. Aihe jäi kypsymään mieliimme kun pohdimme mahdollisuutta tehdä opinnäytetyö nukkekodin rakentamisesta toimintana. Kertoessamme Nukkekotiyhdistyksen sihteerille ideastamme, yhdistys lupautui mielellään mukaan työmme mahdollistajaksi ja tukijaksi. Nukkekotiyhdistyksen jäsenlehdessä julkaistiin ilmoitus, jossa kerroimme hakevamme haastateltavia opinnäytetyötämme varten.

Lähtiessämme etsimään teoriaa työhömmе, yllätyimme kiinnostavan tiedon runsautta. Luimme muita opinnäytetöitä ja valitsimme lähdemateriaaliksi pääasiassa toimintaterapian kirjallisuutta sekä myös luontevasti saatavilla olevaa muuta toimintaan oleellisesti liittyvää kirjallisuutta. Tekstit olivat lähinnä englanninkielisiä, joten suomentaminen muodostui isoksi osaksi opinnäytetyötämme.

Kiersimme erilaisissa nukkekotinäyttelyissä ja tapahtumissa aina Brysseliä, Skotlantia, Ranskaa ja Tukholmaa myöten. Toteutimme yhdessä päiväkotі Immolan lasten kanssa tarhan nukkekodin saneerausurakan. Tässä projektissa lapset saivat itse ensin suunnitella nukkekodin tulevan remontin ja me toteutimme sen heidän kanssaan yhtenä paja-päivänä esivalmistelut tehtyämme. Tarvikkeet remontiin saimme Tapettitalosta, Oulunkylän K-raudasta ja sekä omista että päiväkodin varastoista. Päivän antia pohdimme reflektiopäiväkirjassa, jota pidimme opinnäytetyön aikana. Päiväkirja ei kuitenkaan muodostunut merkittäväksi tekijäksi työllemme vaan puhuimme mieleen tulevia asioita ja ajatuksia keskenämme paljon ääneen.

Laadimme haastattelukysymykset ja sovittelimme aikatauluja haastattelujen toteuttamiseksi. Nauhoitettujen haastattelujen litterointiin löytyi oiva keino: kommunikaattorilla nauhoitettu haastattelu oli helppo kirjoittaa suoraan tietokoneelle, kun puhe oli siihen muistitikulta siirretty. Näin kuunteleminen ja kirjoittaminen mahdollistuivat yhtäaikaaisesti. Aineistoa oli paljon ja siihen perehtyminen ja sen analysointi oli melko työlästä. Olimme tyytyväisiä siihen, että meillä ei ollut enempää haastateltavia.

Toisen ihmisen kokemuksen tutkiminen on vaikeaa ja kokemuksen ymmärtäminen kokonaisuudessaan mahdotonta. Olemme opinnäyteprosessin aikana keskustelleet ja pohtineet paljon yhdessä. Oma kokemuksemme nukkekodin rakentamisesta ja yhteinen asioiden käsittely on auttanut ymmärtämään haastateltaviemme kertomaa, mutta myös erottamaan omia ajatuksia toisten kokemuksista. Se on antanut pohjaa tarkastella toimintaa monipuolisesti.

Opinnäytetyömme aihe on niin laaja, että työn rajaaminen oli välillä vaikeaa. Kaikki asiat tuntuvat myös linkittyvän toisiinsa. Lukemamme artikkelit herättivät kiinnostuksemme nukkekodin rakentamisen liittämiseksi laajempaan kokonaisuuteen. Olisikin kiinnostavaa tutkia aikuisten leikin ja nukkekodin rakentamisen suhdetta. Leikillisyyys voidaan määritellä sisäiseksi taipumukseksi, jonka tunnuspiirteitä ovat luovuus, uteliaisuus, nautinto, huumori, spontaanisuus ja mielikuvitus (Guitard ym. 2005: 9,12). Nämä piirteet löytyvät myös nukkekodin rakentamisesta. Toimintaan syventyminen voidaan kokea samankaltaiseksi nukkekodin rakentamisessa ja leikkiin uppouduttaessa; ihminen voi hetkeksi irtautua täysin todellisuudesta. Myös aikuisena leikillisyyden piirteitä

omaavasta toiminnasta on mahdollista oppia paljon uteliaisuuden ja toiminnan aikaansaaman kehityksen kautta.

Nukkekodin rakentaminen on aiheena sellainen, jota voisi tarkastella tietyin väliajoin, sillä tieto toiminnasta lisääntyy ja aika ja ihmisen elämä yhteiskunnassa muuttuu. Nukkekodin rakentaminen on myös ajankohtainen aihe. Nukkekotiyhdistyksen jäsenmäärä on viime vuosien aikana kasvanut huimasti kuten myös yksittäisistä rakentajista kertovien lehtiartikkelien määrä.

Olisimme saaneet yksilön vapaa-ajan elementeistä syvempää tietoa jos olisimme verranneet vapaa-ajan elementtejä henkilön kokonaiselämäntilanteeseen. Nyt keskityimme vain nukkekodin rakentamiseen. Kellyn vapaa-ajan elementtien teoria ei myöskään pitkälle avannut elementtien sisältöä.

Olemme sopineet, että kirjoitamme Nukkekotiyhdistyksen internetsivuille artikkelin nukkekodin rakentamisesta toimintana ja kokemuksena opinnäytetyömme pohjalta. Tämä on osa työelämäyhteistyötämme, mutta ei itse opinnäytetyön tarkoitus. Tämä on kuitenkin tapa, jolla yksittäinen nukkekotirakentaja pääsee hyötymään työstämme. Työelämäyhteistyömme on perustunut tiedon tuottamiseen Nukkekotiyhdistykselle, joka toimii yhdistyksen jäsenten vapaaehtoisella työllä heidän vapaa-aikanaan. Yhteistyömme on ollut sitä, että Nukkekotiyhdistys on antanut meille mahdollisuuden ilmaiseksi hakea lehensä välityksellä haastateltavia ja lähettänyt meille kuvamateriaalia nukkekodeista. Olemme myös lähettäneet heille tekstiämme kommentoitavaksi. Toivomme, että työmme muodostuu merkitykselliseksi yhteistyökumppanillemme.

Teorian sisäistäminen ja kirjoittaminen tiiviimpään muotoon vei kohdallamme paljon aikaa. Vaikka työn tekeminen opiskelun ja perhe-elämän ohella tuntuikin välillä raskaalta, aihe piti yllä mielenkiintoa. Opinnäytetyömme anti kohdallamme on ollut pitkälti teorian syvenemistä ja laajentumista sekä tutustumista nukkekotien kiehtovaan maailmaan.

Opinnäytetyöprosessimme henki kiteytyy seuraavassa lauseessa, jonka myötä toivomme sinulle merkityksellistä kotimatkaa ja toivotamme sinut tervetulleeksi uudestaan taloomme:

*Kun pohdimme merkitystä,
jouduimme ensin selvittämään, mitä on merkitys,
miten merkitys eroaa tarkoituksesta,
mitä tarkoitetaan merkityksellisyydellä,
missä merkityksessä merkityksestä puhutaan
ja mitä merkitystä on merkityksellisellä toiminnalla.*

KIRJASTON HYLLYSTÄ Am-Wr (Lähteet):

- Amberg, Anna-Lisa – Suomi, Benita 1997: Suuri suomalainen nukkekirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Ajatus.
- Anttila, Pirkko 2005: Ilmaisui, Teos, Tekeminen ja TUTKIVA TOIMINTA. ARTEFAKTA 16. Hamina: AKATIIMI Oy.
- Csikszentmihalyi, Mihaly 2005: Flow: elämän virta. Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu. Hellsten, Ritva (suom.). Helsinki: Rasalas.
- Emerson, Heather 1998: Flow and Occupation: A review of the literature. Canadian Journal of Occupational Therapy. 65 (1). 37-44.
- Frank, Raili (toim.) 2005: Nukkekotielämää. Helsinki: WSOY.
- Guitard, Paulette – Ferland, Francine - Dutil, Elisabeth 2005: Toward a Better Understanding of Playfulness in Adults. Occupational Therapy Journal of Research 25 (1). 9-22.
- Hagedorn, Rosemary 2000: Tools for Practice in Occupational Therapy. A Structured Approach to Core Skills and Processes. Edinburgh: Churchill Livingstone.
- Hammell, Karen Whalley 2004: Dimensions of meaning in the occupations of daily life. Canadian Journal of Occupational Therapy. 71 (5). 296-305.
- Hasselkus, Betty Risteen 2002: The Meaning of Everyday Occupation. Thorefare: SLACK Incorporated.
- Ikiugu, Moses N. 2005: Meaningfulness of Occupation as an Occupational-Life-Trajectory Attractor. Journal of Occupational Science 12 (2). 102-109.
- Jungman, Hanna 2002: Nukkekotikäsityöharrastuksena. Käsityötieteen pro gradu-tutkielma. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta. Kotitalous- ja käsityötieteiden laitos. Helsinki.
- Kopisto, Sirkka 1982: Nuket ja nukkekodit. Porvoo: WSOY.
- Nelson, David L. – Jepson-Thomas, Julie 2003: Occupational Form, Occupational Performance, and a Conceptual Framework for Therapeutic Occupation. Teoksessa Kramer, Paula – Hinojosa, Jim – Brasic Royeen, Charlotte (toim.): Perspectives in Human Occupation. Participation in Life. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 87-155.
- Neumayer, Bob – Wilding, Clare 2005: Leisure as Commodity. Teoksessa Whiteford Gail – Wright-St Clair, Valerie: Occupation & Practice in Context. Marrickville: Elsevier Churchill Livingstone. 317-331.
- Perttula, Juha 2006: Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Perttula, Juha – Latomaa, Timo (toim.): Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen. 2.painos. Helsinki: Dialogia. 115-162.
- Pierce, Doris 2001: Untangling Occupation and Activity. American Journal of Occupational Therapy 55 (2). 138-146.

- Primeau, Loree A. 1996: Work and Leisure: Transcending the Dichotomy. *American Journal of Occupational Therapy* 50 (7). 569-577.
- Puolakka, Annastiina 1997: Nukketalo Tove Janssonin tuotannossa: alitajunnan heijastaja ja pienoismaailma. Teoksessa *Iso ihminen – pieni talo*. Jyväskylän yliopisto. Etnologian laitos. Tutkimuksia 33. Jyväskylä. 32-36.
- Sarajärvi, Anneli – Tuomi, Jouni 2002: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Savolainen, Sari 1997: Kiehtova pienoismaailma – ajatuksia nukkekotia suunniteltaessa. Teoksessa *Iso ihminen – pieni talo*. Jyväskylän yliopisto. Etnologian laitos. Tutkimuksia 33. Jyväskylä. 19-22.
- Savolainen, Sari – Tapper, Mirva 1997: Nukkekotien pienoismaailma – keräilyä, kasvatusta ja leikkiä. Teoksessa *Iso ihminen – pieni talo*. Jyväskylän yliopisto. Etnologian laitos. Tutkimuksia 33. Jyväskylä. 13-18.
- Suto, Melinda 1998: Leisure in occupational therapy. *Canadian Journal of Occupational Therapy* 65 (5). 271-278.
- Tapper, Mirva 1997: Nukkekotia rakentamaan. Teoksessa *Iso ihminen – pieni talo*. Jyväskylän yliopisto. Etnologian laitos. Tutkimuksia 33. Jyväskylä. 22-27.
- Thibodaux, Louise R. – Bundy, Anita C. 1998: Leisure. Teoksessa Jones, Derek – Blair, Sheena E.E. – Hartery, Terry – Jones, R. Kenneth (toim.): *Sociology & Occupational Therapy. An Integrated Approach*. Edinburgh: Churchill Livingstone. 157-169.
- Toimintaterapianimikkeistö 2003. Holma, Tupu (toim.). Kuntaliitto. Helsinki.
- Trombly, Catherine A. 1995: Occupation: Purposefulness and Meaningfulness as Therapeutic Mechanisms. *American Journal of Occupational Therapy* 49(10). 960-972.
- Unruh, Anita M. 2004: "So...what do you do?" Occupation and the construction of identity. *Canadian Journal of Occupational Therapy* 71 (5). 290-295.
- Velde, Beth – Fidler, Gail 2002: *Lifestyle Performance. A Model For Engaging the Power of Occupation*. Thorofare: SLACK Incorporated.
- Wright, Jonathan J. – Saldo, Gaynor – Stew, Graham 2006: Challenge-Skills and Mindfulness: An Exploration of the Conundrum of Flow Process. *Occupational Therapy Journal of Research* 26 (1). 25-32.

LIITE 1.

Kreikkalaisten filosofien mukaan vapaa-aika oli ihanne, koska se edusti vapautta ja edisti terveyttä. Vapaa-ajalla oli mahdollisuus kehittyä mietiskelyn avulla. Orijien ja naisten vapaa-aika oli rajattua ja tytöt avoituivat nuorina.	Protestanttinen työmoraali omaksuttiin ja vapaa-aika nähtiin kiusauksena syntiin. Keskiluokka määritteli rutiinit, ahkeruuden, säästäväisyyden ja vaatimattomuuden tärkeiksi arvoiksi. Radikaaliprotestanttien ja puritaanien mukaan työ oli vapaa-aikaa tärkeämpää ja lapsuus loppui jo hyvin nuorena. Leikki enytyi työnteosta.	1500-1600-	1700-1800-	1900-2000-	<p>Ajankäyttö on enemmän yksilön oman kontrollin vallassa. Vapaa-ajan merkitys on kasvanut, samalla raja työn ja vapaa-ajan välillä on yhä epäselvempi.</p> <p>Useita asioita tehdään yhtäaikaisesti ja kiire leimaa elämää. Tasapainoa työn ja leikin välille etsitään sen myötä että perinteiset pehmeät arvot ovat nousussa ja kodin merkitys on kasvanut.</p>
ANTIIKKI					
Roomalaiset liitivät vapaa-ajan politiikkaan ja se sai paikkansa kylpylöissä, stadionella, puistoissa, teattereissa ja puutarhoissa. Vapaa-aika merkitsi hauskanpitoa, iloa ja kuluttamista.			Teollistumisen myötä kello saneli elämänrytmin. Tapa leikkiä ja tehdä työtä muuttui ja uudelleen muodostuneet työajat mahdollistivat vapaat illat, viikonlopon, lomien, pidemmän lapsuuden ja eläkeiän. Tehdastyöt, massatuotanto, liikenneyhteyksien kasvu ja postimyynti lisäsivät kulutusta.	II maailmansodan jälkeen massatuotanto laajeni. Kulutus ja nauttiminen kasvoivat ja uudet vapaa-ajan muodot kehittyi; juhlapyhien vietto, elokuvat, urheilutapahtumat, tanssi sekä ostoksilla käynti. Urbanisoituminen vaikutti asuinolosuhteisiin ja lastenkasvatuksessa pedagogiset näkemykset sekä taiteellisen aistin kehittämisistä pidettiin tärkeänä.	Vapaa-aika luo siltaa menneen ja nykyisen, yksityisen ja yhteisöllisen, maallisen ja pyhän välille.
Muinaisesta Egyptistä, Roomasta ja Kreikasta on säilynyt savesta, pronssista ja puusta valmistettuja pienoistaloja. Ne ovat kuitenkin olleet todennäköisimmin kulttiesineistöä.	Nukkekotit oli protestanttiseen maailmaan kuuluva ilmiö. Keskiajan jälkeisessä Saksassa ylimystö keräsi tietoa eri elämän alueilta. Syntyi pienoistalo, joka oli arvokas keräilykohde ja käsityötaidonnäyte. Miniätyyri- ja taidekaapit toimivat virikkeenä keskustelulle ja yläluokan mies saattoi ostaa sellaisen lahjaksi vaimolleen. Nukkekotit oli naisten ajanviette, jolla oli kasvatuksellinen merkitys. Kotikulttuurin kasvu toi nukkekotiin esille kodin askareet.	Nukkekotit oli protestanttiseen maailmaan kuuluva ilmiö. Keskiajan jälkeisessä Saksassa ylimystö keräsi tietoa eri elämän alueilta. Syntyi pienoistalo, joka oli arvokas keräilykohde ja käsityötaidonnäyte. Miniätyyri- ja taidekaapit toimivat virikkeenä keskustelulle ja yläluokan mies saattoi ostaa sellaisen lahjaksi vaimolleen. Nukkekotit oli naisten ajanviette, jolla oli kasvatuksellinen merkitys. Kotikulttuurin kasvu toi nukkekotiin esille kodin askareet.	Leikkiä alettiin ymmärtää paremmin ja nukkekoti kasvatti asemaansa varakkaiden lasten leikkikaluna, jonka aikuinen suunnitteli. Nukkekotit ostettiin työlle lahjaksi ja sen tarkoitus oli kasvattaa ja opettaa tulevaan naisen rooliin kodin- ja taloudenhoitajana. Nukkekodista tuli muodikas harrastus ja Suomeen nukkekoti rantautui 1800-luvulla Saksasta.	Ostoleikkikalut yleistivät kaikkiin varallisuusluokkiin. Nukkekodin koko pieneni ja hinnat halpeni. Nukkekodin tarvikkeita myytiin niin kauppoissa kuin markkinoilla ja niitä valmistettiin yhä enemmän myös Suomessa. Nukkekodin suosio hiipui välillä nousten 1980-luvulta lähtien.	Nukkekodin asema myös aikuisen "leluna" ja keräilyesineenä on voimistunut. Mielikuvitus ja luovuus saa tulla esiin ja nukkekoti saa runsaasti erilaisia variaatioita. Lapsen persoonallisuutta kunnioitetaan ja lapsi voi vaikuttaa halutessaan mieleisensä nukkekodin. Nukkekotit elää vahvasti nousukauttaan.

HEI SINÄ NUKKEKODEISTA KIINNOSTUNUT!

Olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiasta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä aiheesta

NUKKEKODIN RAKENTAMINEN TOIMINTANA JA KOKEMUKSENA.

Työmme tarkoituksena on tarkastella nukkekodin rakentamista toimintana ja löytää tämän toiminnan terapeutit elementit koostamalla tietoa rakentamisen yksilöllisistä merkityksistä. Toimintaterapialle opinnäytetyö tuottaa ideoita nukkekodin rakentamisen käyttömahdollisuuksista toimintaterapian menetelmänä.

Koska nukkekodin rakentamista on tutkittu varsin vähän, tarvitsemme työhömmme lisää materiaalia ja siksi olemme etsimässä nyt lisää tietoa. Jotta saisimme koottua yksilön kokemuksia nukkekodin rakentamisesta, haluaisimme kuulla myös sinun tarinasi.

Tällä hetkellä opinnäytetyössämme on tiedonhankinnan ja haastattelujen aika joten

Toivomme, että voisit kertoa meille omin sanoin nukkekotiharrastuksestasi ja siitä, mitä se sinulle merkitsee.

Voit ottaa meihin yhteyttä sähköpostin, puhelimen tai kirjeen välityksellä. Jos haluat, että haastattelemme sinua, voit lähettää yhteystietosi meille ja otamme sinuun yhteyttä. Olemme kiitollisia kaikesta omaan kokemukseesi liittyvästä tiedosta.

Yhteistyötä odottaen

Virpi Peltola ja Annele Manninen

Hei!

Olemme tekemässä opinnäytetyötämme nukkekodin rakentamisesta vapaa-ajan toimintana ja tekijän kokemuksena.

Emme ole löytäneet toimintaterapian kirjallisuudesta tai aiemmista opinnäytetöistä tietoa tämän toiminnan käyttämisestä toimintaterapiassa. Olisimme kiinnostuneita siitä miten tätä toiminnan muotoa on mahdollisesti käytetty yksilöterapiassa tai ryhmän toimintana.

Tarkastelemme nimenomaan rakentamista, emme nukkekodilla leikkimistä osana terapiaa. Nukkekodin rakentamisella tarkoitamme sitä kokonaisuutta, jossa rakennetaan raamit toiminnalle tai ihailulle, ja johon kuuluu olennaisena tekijänä sisustukselliset tekijät ja yleensä myös asukkaat. Nukkekodin rakentaminen voi siis olla muutakin kuin konkreettista seinien kokoamista.

Jos sinulla on kokemusta nukkekodin rakentamisesta tai samankaltaisen toiminnan muodon käyttämisestä työssäsi, olisimme kovasti kiinnostuneita kuulemaan siitä.

Terveisin tt-opiskelijat Virpi Peltola ja Annele Manninen Stadiasta

**Virpi.Peltola@edu.stadia.fi
Annele.Manninen@edu.stadia.fi**